

親子で バランスボールを楽しもう!!

西条あおい保育園 子育て支援センターです。
「親子でバランスボールを楽しもう!」を
あおい保育園 体育館で開催します。

バランスボールの効果は?
インナーマッスルを鍛え、姿勢を整える
ダイエット効果がある
肩こいや腰痛の解消につながる
など良いことばかり!
ご予約、お待ちしております。



日時 令和5年2月20日(月)
午前10:00~10:45
※当日園庭開放はありません

場所 あおい保育園 体育館
持ち物 タオル・お茶など飲み物
当日は動きやすい服装でお越しください。
裸足またはシューズで行います。

参加費 無料
バランスボールは当日貸し出します

お申し込み先
西条あおい保育園 子育て支援センター
電話 082-430-7373
(予約開始 令和5年1月30日 午前10時~)

※当日は連絡先を書いていただき、検温を実施します。37.5℃以上の場合及び、
咳症状などのある方は参加をご遠慮していただきます。