

第4弾!!

子育て世代応援!

参加者には
もちろん海洋センター
プール無料券プレゼント!!
(利用期限1/31)

親も子もカラダを動かそう!

～家族みんなで海洋センターへGO!～

12月13日(日)10:00～11:00

①おとなのボディリセット!

【会場】雲南市加茂 B&G 海洋センター ラソnte 第2 体育館

【講師】倉田里美(健康運動指導士)

【準備物】室内シューズ、飲み物、タオル、
ストレッチポール(貸出あり)、ヨガマット(貸出あり)

【参加費】1名につき500円(Yu-Gakuスポーツクラブ会員は無料)

【対象】高校生以上

【定員】20名

【申込方法】右のQRコードを読み取って必要事項を入力してください。

【その他】お子様は、②の教室にぜひご参加ください!

小学3年生以下のお子様は託児をご利用できます。

託児付き!

日頃の疲れ、コリなどを
カンタンな運動でリフレ
ッシュしませんか!?



【申込フォーム】



②チャレンジ体操教室 in 海洋センター

【会場】雲南市加茂 B&G 海洋センター ラソnte アリーナ

【講師】NPO 法人ジョイナススポーツクラブ

【準備物】室内シューズ、飲み物、タオル

【参加費】1名につき500円(Yu-Gakuスポーツクラブ会員は無料)

【対象】年中児～小学2年生

【定員】20名

【申込方法】右下のQRコードを読み取って必要事項を入力してください。

【その他】保護者の皆様は、①の教室にぜひご参加ください!

マット・跳び箱・鉄棒など
様々な器具を使用して無
理なく幅広い運動を経験し
てみましょう!



【申込フォーム】



【お問合せ】

NPO法人 Yu-Gaku 加茂スポーツクラブ事務局

加茂B&G海洋センターラソnte内(休館日:水曜日)

〒699-1105 雲南市加茂町宇治 228-1 TEL: (0854) 49-7100

FAX: (0854) 49-8440 Mail: bgkamo@bg-unnan.com

Yu-Gaku
加茂スポーツクラブ

