保護者の皆様　　２００９年６月１日

家庭学級

第一回　家庭学級　企画のお知らせ

骨盤ネジ締めエクササイズ講習会のご案内

衣替えの季節を迎え、登園する子供たちの様子にも初夏を感じる今日この頃。皆様いかがお過ごしでしょうか？

さて、このたび第一回講習会といたしまして「骨盤ネジ締めエクササイズ講習」を開催することになりました。

～骨盤ネジ締めとは？～

加齢・出産・日常生活によって、歪んだり広がった骨格を正しい位置に導き、有酸素運動によって、余分な脂肪を落とし、弛んだ筋肉を引き締めるボディメイクエクササイズです。(http://bloge.goo.ne.jp/yuka_ane カテゴリー内を事前にお読みになり参加されるとより効果的だそうです。)

この夏、引き締まったボディラインを手に入れ、綺麗なママをめざしましょう♪

皆様のご参加をお待ちしております。

記

日時：６月３０日（火）　１０：００～１１：３０

場所：　幼稚園ホール

参加費：　７００円

持ち物：　汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装（体にフィットするものがより可）

運動靴（裸足も可）

託児について：　◎費用　　３００円（おやつ・麦茶代含む）

◎持ち物　着替え・おむつ・ミルク（必要に応じて）

おもちゃ（必要に応じて）

申し込み〆切り：　**６月８（月）朝まで**（託母さん手配の都合により〆切り厳守とさせていただきます。）

参加費および託児代を添えて、事務室前の箱においれ下さい。

バスの方はバスの先生にお渡し下さい。

※申し込み後のキャンセル及び欠席による返金はできません。ご了承ください。

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・キリトリ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

第１回　家庭学級申し込み　　**[骨盤ネジ締めエクササイズ]**

クラス［　　］　［園児の名前　　］

託児の申し込み　（あり・なし）　　名前　　（　　才　　ヶ月）

留意すべき点（アレルギー等）