



GWに親子で体を動かせる
イベントないかな？



おやじ塾朝トレーニング 特別編

4/29

土曜・祝日

限定
50組

要予約

親子
参加

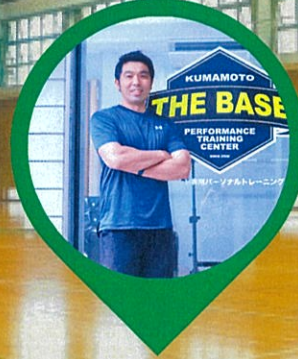
【講師紹介】



ダンスエクササイズ担当
KAYOKO



ピラティス(ストレッチ)担当
福島 さとこ



親子トレーニング担当
多良 耕太郎

Kid's Space

運動機能を高める!?
無料キッズスペースあります



キッズスペース担当
キャロット整骨院
松本 亮

日時：4月29日(土曜・祝日)

場所：キャロツピア

料金：500円(1家族あたり)

※コロナの状況によってはイベントは中止になりますご了承下さい※

当日のスケジュール

9:30 開場 (キッズスペースでお子さんは遊んでもOK)

10:00 イベント開始

- ・親子で鬼ごっこなど簡単な親子トレーニング(担当:多良)
- ・日頃こり固まった場所を全身ストレッチで緩める(担当:さとこ)
- ・音楽にのりながらダンスエクササイズ(担当:KAYOKO)

11:15 終了予定



お申し込みはクラブきくよう事務局 096-273-8488

までお電話ください!

おやじ塾朝トレーニング参加のみ有料です!(要予約)

無料で参加出来るコーナーも沢山ご用意してお待ちしています!