



2020.10.31 (sat) 11:00~

バギーエクササイズ

目白台運動公園

お子様をベビーカーに乗せたまま、ベビーカーを利用することで出来る
フィットネスエクササイズ。ベビーカーを押す普段のママの姿勢を改善し、
音楽にのって身体を動かすリズム運動も体験して頂きます。

- 日時：10月31日(土) 11:00~
- 場所：芝生広場(雨天時は室内で行います。)
- 定員：10名(事前申込)
- 参加費：1000円(名)
- 服装：スカートではなく、動きやすい服装。
スニーカー(無ければヒールではない靴)
- 講師：小林貴代乃(日本母子健康運動協会所属)
- 持ち物：お手持ちのベビーカー、水(水分補給用)
お子様のお世話グッズ、
抱っこ(おんぶ)紐、タオル(汗拭き用)



(C)日本母子健康運動協会

講師：小林 貴代乃

- お申込：参加申込書に必要事項をご記入の上、目白台運動公園パークセンターへ
直接お持ちいただくか、電話・ファックスでお申込みください。

【お問い合わせ先】

目白台運動公園(指定管理者：目白台運動公園パークアップ共同体)

〒112-0015 東京都文京区目白台1-20-2

TEL: 03-3941-6153 FAX: 03-3941-6159

<https://www.mejirodaipark.jp/>



〈参加申込書〉

ふりがな		
氏名：	歳	電話番号：
備考：		

- ・お客様から収集した個人情報は「バギーエクササイズ」における当園からのご連絡のために使用し、目的外に使用することはありません。
- ・収集した個人情報は、厳重に管理し、本人の同意を得ることなく第三者に開示提供することはありません。