

みんなでヨガ!

屋内で
やります!



8/1 (SAT) 10:00~12:00

- ◆ 場所 ◆ 津リージョンプラザ1階 中央保健センター待合ホール
- ◆ 内容 ◆ お城公園で伐採した木を活用した遊びや工作などについて考えます。また、完成した公園での「外あそび」のアイデアの1つとしてみんなでヨガを行います。

ヨガ講師

ChanEri (ちゃんえり)

SoraYuj(ソラージュ)代表/ヨガインストラクター
保育士/RYT200(全米ヨガアライアンス)

津市で少人数制のヨガスタジオ「SoraYuj」を主宰。呼吸を大切にしやすいヨガで、心と体をゆるめる時間と、幅広い世代が安心して楽しめるヨガをお届けしています。



※こども、子育てに関わるあらゆる立場の方、どなたでも参加できます(参加費不要)。

※お子さま連れの方も歓迎(託児なし)、会場はカーペットフロアです。ヨガをする際に気になる方は、大きいタオル(バスタオル)をお持ちください。

※動きやすい服装でお越しください(スカート不可)。また、汗拭き用のタオルや飲み物は各自でご持参ください。

※ご参加の方に防災備蓄食料を配布します。
この機会に防災について考えてみませんか?

あ津まるひろばのシールもプレゼント! ➡



※イラストはAI生成です

外あそびの講師大募集!

木でおもちゃが作れる方、
虫捕りが得意の方、
その他 楽しい外あそびをご存じの方
こども政策課までご連絡ください!



お城公園こども遊び場づくり事業推進会議

➡➡➡ メンバー登録はこちらから ➡➡➡

- ・登録してなくても会議への参加は可能です。
- ・メンバーには、メールで情報発信します。



<お問い合わせ> 津市健康福祉部こども政策課
TEL:059-229-3390
E-Mail:229-3390@city.tsu.lg.jp



Instagram
始めました!

