



コミハで春のイベントを楽しみましょう



家族で記念の



お子さまとご家族の
“今”

を残す手形アート
世界にひとつだけの
『アート作品』
を作りましょう！



日 時 5月16日(土) 10:00～11:30

- ・対 象 乳幼児を含む家族/先着12組
- ・参加費 300円(材料費込)
- ・持ち物 手拭きタオル・持ち帰り用袋



「ハタヨーガ」を体験してみませんか！

はじめてのヨーガ



ハタヨーガとは・・・

「ハタ」とは、サンスクリット語で「太陽と月」
という意味です。「ハ」は「太陽」、「タ」は月、
「ハタ」で「自然の力」を現しています。

* サンスクリット語は、インドなど南・東南アジア
において用いられた古代語です。

日 時 5月20日・6月3日・17日
水曜日 全3回
13:30～15:00

- ・講 師 遠藤 晴子先生
- ・募集人数 20名
- ・参加費 1,500円(3回分)
- ・持ち物 ヨガマット(またはバスタオル)
飲み物・汗ふきタオル



<お申込み>

ご来館の上、受付窓口に参加費を添えてお申込みください。

申込み・・・4月16日(木)9:00から

並木北コミュニティハウス(並木第一小学校内 金曜日は休館です)

TEL/FAX: 045-774-3405

※イベントにつきましては、新型コロナウイルス感染症対応の状況により変更となる場合があります。

並木北コミュニティハウス

検 索

