



## 第3回 「ヨーガ教室」

日頃より、NPO法人 発達・心理相談センター「ゆうこうの家」をご利用いただき、誠にありがとうございます。昨年度に2回、「保護者・ヨーガ教室」を実施してきましたが、今回より、お子さんと一緒に参加していただけるようになりました。今回も講師に今村先生をお招きして、ゆっくり落ち着いた時間を過ごしていただければと思っています。簡単なポーズが中心ですので、安心してご参加ください。

また当日は、同じ会場で、自主学習教室も開催しています。お子さんは自主学習教室、保護者の方はヨーガ教室という参加も可能です。

**日時；平成27年 8月19日（水） 9:30～11:00**

**講師；今村 多珂子 先生**（日本ヨーガ療法学会 認定ヨーガ療法士）

**場所；八事東コミュニティセンター**（名古屋市天白区元八事二丁目48番地）

料金；1000円（親子参加1500円）

定員；10名程度

持ち物；お茶などのお飲み物、バスタオル

服装；ジャージなど動きやすい服装でお越してください

※保護者の方のみでご参加いただけます。

※お子さんだけの参加はご遠慮ください。

※託児の受付はありません。

