

令和8年度市民学園講座 託児付き 子育て応援講座

動きやすい体を育てる

10/13(火)
受付開始

やさしいヨガ

〔開催日時〕

11/11・25(水)

10:00～11:00

〔開催場所〕

生涯学習センター
4階 和室

〔講師〕

ヨガインストラクター
グッドさとみ氏

〔持ち物〕

ヨガマット・飲み物・筆記用具

※希望される方にはヨガマット(銀マット)を
無料で貸し出します。

〔費用〕

540円(2回分)

〔対象者・定員〕

未就学児をお持ちの市内在住者 / 20名(先着順)

※開催日1週間前に空きがあれば
市内在住者はどなたでも受講可能

託児無料

2階ちびっこルームにて
1歳から4歳をお預かりします

お申し込みは電話、当館窓口
または右記QRコードからできます
(QRコードがつかない場合は
お電話でお申し込みください。)



お申し込み・お問い合わせ

(〒085-0836 釧路市幣舞町4番28号 釧路市生涯学習センター内)

TEL 0154 - 41 - 8181

8:50～20:30

(月曜休館)

<http://www.kushiro-bunka.or.jp/manabo/>

一般財団法人 釧路市民文化振興財団

釧路市生涯学習センター
Kushiro Lifelong Learning Center

まなほっと
MANABOTTO NUJAMAI 幣舞