

令和6年8月26日

なかよしクラブ保護者各位

認定こども園 進徳幼稚園

園長 桜井 洋

PTA 委員講習会担当

## PTA 講習会『体幹ストレッチ体験会』へのお誘い

認定こども園 進徳幼稚園 PTA 委員の企画で、保護者の方向けの『体幹ストレッチ体験会』を以下の通り計画いたしました。なかよしクラブの方もご参加いただけますのでご案内申し上げます。参加希望の方は、『体幹ストレッチ体験会申し込みフォーム』よりお申し込みください。

### ご案内



名 称	PTA 講習会 『初心者も今日から始められる体幹ストレッチ ～ぽっこりおなかや姿勢を改善～』
日 時	令和6年9月4日(水) 午前10時～11時30分
場 所	認定こども園 進徳幼稚園 遊戯室
講 師	FTP 認定マットピラティスベーシック/プラス インストラクター 堀田 亜紀子さん
内 容	初心者も今日から始められる体幹ストレッチを行い、ぽっこりおなかや姿勢を改善していきましょう。※未就園児同伴 OK
定 員	30名まで
対 象 者	認定こども園進徳幼稚園にお子様が在園している保護者の皆様、またはなかよしクラブに登録している保護者の皆様、そのご家族。老若男女問いません。おじい様、おばあ様、おじ様、おば様も大歓迎！ふるってご参加ください。
参加料金	無料
持 ち 物	①動きやすい服装 ②ヨガマットかそれに代わるバスタオル等 ③飲み物
駐 車 場	認定こども園 進徳幼稚園 (当日は誘導の指示に従ってください)
申込締切	令和6年8月29日(木)
そ の 他	講習会の様子を園のホームページのブログに掲載させていただきます。ご了承ください。