

～スポーツから笑顔が生まれるまちづくり～

■問・申し込み 東松島市体育協会 ☎82-9030 平日 9時～17時

### ニコニコなかよし🧘親子ヨガ🧘

スポーツをする時間を中々とることが出来ない子育て世代向けに、子供も一緒に参加できる親子ヨガを開催します！親子間のコミュニケーションを深めながら運動不足を解消しませんか！参加者は隣接する『きっず広場』も利用できます！

- 日 時 6月23日(金) 10時～11時 ■場 所 市民体育館アリーナ A
- 講 師 あつみ かずみ 熱海 和美氏 ■対 象 未就園児までのお子さんとその保護者
- 定 員 親子15組 ■受講料 200円(保険料含む)
- 持ち物 運動靴・タオル・飲み物・マスク
- 申込方法 東松島市体育協会窓口または電話で申込下さい。

### きっず広場開放日

- 日 時 金曜日 9時～11時30分 ■場 所 市民体育館アリーナ A・B
  - 対 象 未就学児とその保護者
  - 利用料 保護者1人 200円(市外 600円) ※未就学児無料
  - 持ち物 上靴(まだ履けないお子さんは必要ありません)、飲み物、タオル
- ※保護者同伴が利用条件です。

※行事や、新型コロナウイルスの感染状況により日程が変更になる可能性があります。



○ 印は開放予定日

### 会員募集のお知らせ

楽しいリズム体操

運動不足が気になる今日この頃、楽しく体を動かしませんか？軽快な音楽に合わせて体を動かし、心も体も笑顔で元気になりましょう！現在10名の女性会員が活動中。無料体験実施中です！初心者の方、男性の方大歓迎！お気軽にご参加ください！

- 日 時 毎週火曜日 10時～11時 ■場 所 市民体育館トレーニング室
- 講 師 あべみづこ 阿部美津子氏 ■対 象 市内近郊の男女
- 利用料 毎月 2,700円(初回のみスポーツ保険1,000円必要)
- 持ち物 動きやすい服装、上靴、ヨガマットまたはバスタオル
- 問合せ 090-2885-7428 (宮川)

※新型コロナウイルス感染拡大防止対策の為に入館前に検温と手指消毒をお願いいたします。