



親子教室

★親子リトミック★

音楽を身体全体で体感しながら、親子でリトミックを楽しもう！
情操教育としてはもちろん、言語、数、感覚などの様々なテーマに沿って
集中力や感性豊かな心を育てます。
家庭でもできる音楽遊びのポイントや子育てのヒントが見つかるかも！

★骨盤ダンスエクササイズ★

骨盤周りの筋肉を使い、骨盤の歪み改善・骨盤調整をしながら、
楽しくダンスやストレッチをしましょう。姿勢改善や代謝アップ、
内臓を安定させ脂肪燃焼・痩身効果など、リフレッシュしながら
楽しく行います。初心者から体を動かしたい方までどなたでも参
加できます。お子さん連れもOK！お子さんを抱っこ紐で抱っこし
ながら動いたり、お子さんを遊ばせながらや、もちろん大人の方
お一人でも、様々なスタイルで誰でも楽しく参加して頂けます。

★ママのSALSATION®

流行の音楽と機能的なトレーニングを合わせたダンスエクササイズでどなたでも楽しめます。
抱っこ紐でお子様を抱っこしたり、歩けるお子様と一緒に踊ったり、色々なスタイルで参加
できるママのクラスです。ママが踊るリズムでお子様の身体と脳の活性化を促します。
シェイプアップしたい、楽しみたい、リフレッシュしたい皆さん、ぜひご参加下さい。



←詳細はこちら

教室名	曜日	時間	講師	場所	定員(組)	受講料	申請期間
ママのSALSATION®	火	10:00～11:00	杉野 千津子	スタジオ	25	¥6,500	裏面を確認 ください
親子リトミック I	水	10:00～10:50	水野 裕子	エコホール	25	¥3,900	
親子リトミック II	水	11:10～12:00	水野 裕子	エコホール	25	¥3,900	
骨盤ダンスエクササイズ	金	13:15～14:15	KIKU KIKU	エコホール	20	¥6,500	金曜日のチラシを ご覧ください

ママのSALSATION®

親子リトミック I・II

骨盤ダンスエクササイズ

第1回	4月16日	第6回	5月28日
第2回	4月23日	第7回	6月4日
第3回	5月7日	第8回	6月11日
第4回	5月14日	第9回	6月18日
第5回	5月21日	第10回	6月25日

第1回	4月24日
第2回	5月8日
第3回	5月22日
第4回	5月29日
第5回	6月12日
第6回	6月26日

第1回	4月12日	第6回	5月24日
第2回	4月19日	第7回	5月31日
第3回	4月26日	第8回	6月7日
第4回	5月10日	第9回	6月14日
第5回	5月17日	第10回	6月21日

対象	ママのSALSATION®	親＋お子様(0～未就学児)・親1人＋子1人まで
	親子リトミック I	親＋お子様(1歳)・親1人＋子1人まで
	親子リトミック II	親＋お子様(2～3歳)・親1人＋子1人まで
	骨盤ダンスエクササイズ	18歳以上(高校生不可)・お子さん連れ(お子さんは0歳から)OK

※申込みについては裏面へ

※申込は市内在住・在学・在勤の方が優先となりますが、市外の方も申請して頂けます。

☆インターネット申請の場合

- ・二次元コードを読み込むまたは、URLを入力してアクセスしてください。
- ・ホームページからも申請することができます。
- ・表示された内容に沿って必要事項(名前・連絡先・メールアドレスなど)を入力してください。
- ・申請が完了すると完了メールが届きます。
メールが届かない場合、申請が正常に完了していない可能性があります。
- ・申請の際、ロボット操作ではない事確かめるために画像選択が出る場合がございます、正しく選択し申請を完了していただきますよう、ご協力をお願いします。

◇窓口申請の場合

- ・窓口で教室申請の申し出をお願いします。
 - ・申請書の記入をしてください。
 - ・申請書をスタッフに渡して完了です。
- ※申請する教室に間違いがないか必ず確認してください。

申請期間: 2/26~3/22

申請期間中にインターネットまたは窓口で申請をしてください。

【抽選日及び当選者発表方法】

抽選日: 3/30(11:00)

抽選終了後、エコハウスのホームページ・施設内掲示板に当選者のニックネームを記載します。

各自でご確認をお願いします。

※お電話での当選確認は原則しておりません。

【申込みについて】

支払い期間: 4/1(10:10)~4/7 時間: 10:10~20:00 ※休館日は除く

当選された方は、支払い期間中に施設窓口で申込みをお願いします。

※支払い期間中に申込みをされなかった場合はキャンセル扱いとします。

・抽選にならなかつた教室は4/1(10:10~)より先着順にて申込みが可能です。

・抽選になった教室は4/8以降で空きがあれば先着順にて申込みが可能です。

※抽選となった教室はキャンセル待ちを各教室10名とります。



←インターネット申請はこちらを
読み込んでください

URLの入力はこちら⇒ <https://forms.gle/vV47mMQYghUrrvFV9>