



キッズの はつらつエクササイズ



子どもも大人も体育館で一緒に運動して、体を動かす楽しさを身につける講座です。

日 時: 10月11日(木) 10:30~11:15

場 所: 体育館B

**対 象: 四日市市または三重郡に在住の
子ども(2~4歳)と保護者**

定 員: 20組(先着順)

講 師: 藤原 ルミさん

参加料: 無料

**申込み: 10月10日までに、電話または
直接窓口へ**

**持ち物: 上履き、ヨガマットまたはバスタオル2枚、フェイスタオル2枚、
飲み水**



あさけプラザ
四日市市下之宮町296番地1
TEL(059)363-0123

