

あそびのびか

10/25 SAT

【10:00-11:00】

親子20組(先着順)

毎日仕事や子育てに頑張っているママパパへ
エコパーク水俣の自然の中で楽しむ青空ヨガ体験を開催！
心と体をリフレッシュして、頑張っている自分へご褒美★
さらに、子どもと触れ合いながら楽しむ運動あそびで
親子の絆を深め元気をチャージしませんか🌈

YOGA



心と体を整えるヨガ

水俣市在住のヨガ講師による、自然の中で癒しとリフレッシュのヨガ体験！



講師紹介

本田 恵津子先生

JAPAN WELLNESS INNOVATION協会
AFAA YOGA認定インストラクター
趣味はトライアスロン。
毎年、湯の児でのスイムトレーニングは
欠かせない。

あそび



親子運動あそび

親子の遊びに色々な動きを取り入れ、
子どもの発育を促す方法を紹介します！

場 所

エコパーク水俣ふるさと広場・竹林園

料 金

1組 1,200円

準 備 物

運動しやすい恰好、飲み物

申 込 み

エコパーク水俣管理事務所にて申込書を提出
または電話にてお申込み下さい。

そ の 他

9:45までにふるさと広場へご集合ください

公式SNS(外)

主 催:ハートリンク水俣

協 力:熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ

ーお問い合わせ先ー

エコパーク水俣管理事務所

☎0966-62-7501

