

ママ＆ベビー

2022年度第1期

～ ヨガ・ピラティス ～

参加者募集のお知らせ



ママとベビーのふれあいを…

ピラティスで、妊娠、出産を経て起きた骨盤周りのダメージをリカバリー。

ヨガで、育児への心の不安を解消。

そんな産後に心身を整え回復へ導くヨガ・ピラティスをしてみませんか。

主催 公益財団法人福山市スポーツ協会
後援 福山市・エフエムふくやま
日程 2022年（令和4年）

① 6月2日・② 9日・③ 16日・
④ 23日・⑤ 30日

※全5回 いずれも木曜日

時間 午前10時～午前11時

場所 福山通運ローズアリーナ 2階託児室

対象 生後1ヶ月～ハイハイ前の赤ちゃんとその母親（2人1組）

※赤ちゃんの年齢は、開始初日を基準とします。

※妊娠されている方は、受講できません。

定員 15組 ※先着（11組以下の場合是不開講）

参加費 1組5,000円 ※全5回分

講師 （株）オフィスプロスタジオ

持参物 動きやすい服装・水分補給用の飲み物・バスタオル

申込み 5月7日（土）～22日（日）「福山市スポーツ協会教室申込システム（Web申込）」で先着順

※支払い期間内に支払いをされない場合は、キャンセルとなります。

全5回



◎主催／問合せ先 公益財団法人福山市スポーツ協会

〒720-0804 福山市緑町2番2号 「福山通運ローズアリーナ」緑町公園屋内競技場内

TEL084-927-9912／FAX084-927-9913

裏面もご覧ください ⇒

注意事項

- 新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、教室初回時に「参加申込みにあたってのお願い」を提出していただき、毎回「健康管理表」をご提示いただきます。申込みページからダウンロードするか、受付にてお受け取りください。
- マスクの着用、アルコール消毒の徹底にご協力ください。
- 教室参加中、または終了から2日以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、スポーツ協会事務局まで必ずご連絡をお願いします。
- 納められた会費は、正当な理由なく返金することはできません。
- 教室の様子を撮影し、福山市スポーツ協会のホームページや SNS に掲載する場合があることをご了承ください。掲載を希望されない場合は、スポーツ協会事務局までご連絡をお願いします。

そ の 他

- 期間中の傷害については、市民活動総合補償保険の対応とし、主催者はその責任を負いません。
- 参加申込みをされた方の個人情報については、ご本人との連絡以外に、事前の同意なく、第三者への開示はいたしません。