

# だぁ～いすき親子ビクス



親子で仲良くスキンシップ楽しく体を動かそう！

主管：渋谷区エアロビック連盟

日時:2018年11月17日(土)

9:30受付 9:45～10:45 60分間

会場：渋谷区スポーツセンター第一武道場

対象：1歳半～3歳児と親

主管：NPO法人東京都エアロビック連盟

講師：杉浦 恵子 渋谷区エアロビック連盟理事



自主サークルカルガモ・フレンズ本町親子体操講師



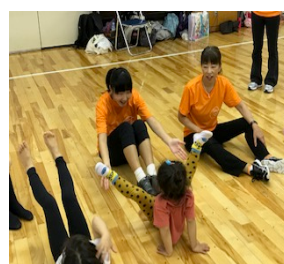
親子でスキンシップ(w-up)



輪になってダンス



大きく伸びて



体幹を整えながら一回転! (右上写真から左に4枚見て一回転)



パラバルーンを使い楽しく運動!



笑顔で記念写真