



みなみYMCAチャリティー

第2報

2013年1月20日(日)



フェスタ

益金は、国際協力青少年育成年末基金、
東日本大震災支援、ミャンマーエイズ孤児支援、
地域活動のために使われます。
みなさまのご協力をお願いします。



時間	場所	体育室	2階学習室	スタジオ1	コミュニティルーム	駐車場	保育室	受付前
10:00		①なわとび&トランポリン① 10:00-11:00	②おもしろ科学体験 (ふくらむスライム?!色が変わる液体?!) 10:00-10:50	③リラックス&ストレッチ 10:10-10:50	ウェアリングを使用しながら、「ほぐす」「伸ばす」「引き締める」動きを行い、心身の深いリラックス効果を実感できます。		あったか♡だご汁販売	のみの市
12:00		①なわとび&トランポリン② 11:30-12:30	⑥シャボン玉ワールド! 11:40-12:30	⑤ママにおすすめ骨盤体操 11:40-12:20		笑いヨガの呼吸法を組み合わせたエクササイズです。笑うことで多くの酸素を体に取り入れ、免疫力アップ&心身スッキリ!!お試しあれ!!		
14:00		⑩さかあがり教室 13:30-14:30	お子様のプログラムの合間にいかがですか?	⑦笑門来福!親子de笑いヨガ 12:30-13:10	⑧フロから学ぶ手作りチョコクッキー 13:00-15:00	地震体験 (協力:熊本市西消防署) 13:00-15:00		※家庭用品・ギフト用品・不用品等、未使用のもの。大量の場合は取りに伺います!
			初めてでも大丈夫!親子で汗を流しませんか?	⑨燃えろ!親子ボクシング 13:30-14:15	いつ起こるかかわからない災害に備えましょう			

日曜日は家族でYMCAへ集合~!

RKKタ方いちばん「ちゃちゃっどクッキング」でおなじみ磯崎啓介先生が楽しくフロの技を伝授します♪バレンタイン前にいかがですか?

★下記プログラム(①~⑩)は事前にご予約・お申込が必要です。各プログラムは定員になり次第締切となります。 ※受付開始日12月17日(月)

☆プログラム内容☆	会場	時間	参加費	対象	定員	持ち物
① なわとび・トランポリン①	体育室	10:00-11:00	500円	年長~小学生	20名	運動できる服装・なわとび・タオル・室内シューズ・飲料水
② おもしろ科学体験 (ふくらむスライム?!色が変わる液体?!)	学習室	10:00-10:50	500円	小学生(※保護者同伴の場合は年中、年長も参加)	15名	スライムを持って帰れる容器(ポリ袋やタッパーなど)
③ リラックス&ストレッチ	スタジオ1	10:10-10:50	500円	16歳以上	20名	運動できる服装・タオル・飲料水
④ なわとび・トランポリン②	体育室	11:30-12:30	500円	年長~小学生	20名	運動できる服装・なわとび・タオル・室内シューズ・飲料水
⑤ ママにおすすめ骨盤体操★	スタジオ1	11:40-12:20	500円	16歳以上	20名	運動できる服装・タオル・飲料水
⑥ シャボン玉ワールド!	学習室	11:40-12:30	500円	小学生(※保護者同伴の場合は年中、年長も参加可)	15名	シャボン液を持って帰れる容器(500mlペットボトルなど)
⑦ 笑門来福!親子de笑いヨガ	スタジオ1	12:30-13:10	500円(1組)	年長~小学生と保護者	親子15組	運動できる服装・タオル・飲料水
⑧ フロから学ぶ手作りチョコクッキー♡	コミュニティルーム	13:00-15:00	1,000円(1人)	親子orお友達同士(幼児同士は不可)	ペア14組	エプロン・三角巾・ボール・ゴムべら・保冷バッグ(長さ約25cmの棒状の生地を持ち帰ります)
⑨ 燃えろ!親子ボクシング	スタジオ1	13:30-14:15	500円(1組)	年長~小学生と保護者	親子10組	運動できる服装・タオル・室内シューズ・飲料水
⑩ さかあがり教室	体育室	13:30-14:30	500円	年長~小学生	20名	運動できる服装・タオル・室内シューズ・飲料水
あったか♡だご汁	保育室	10:00-15:30	現金販売	どなたでも	-	★1杯150円(マイはし・マイお籠持参の方は50円引き!)
のみの市	受付前	10:00-15:30	現金販売	どなたでも	-	★皆様からの寄贈品をお待ちしています。
地震体験(協力:熊本市西消防署)	駐車場	13:00-15:00	無料	どなたでも	-	★起震車で地震の揺れを体感し、防災意識を高めましょう。

ご予約・お申込は...みなみYMCA 096(378)9370