

# 11月イベントのお知らせ

11月7日・21日(水)

音楽療法ミュージッキング



17:10～月に2回の音楽でコミュニケーション♪  
音楽に触れることで脳をリラックスさせ  
心穏やかな気持ちになれます。



11月10日(土) 豆本作り

13:30～世界に一つだけの豆本作り  
オリジナルデザインで自分だけの宝物を作ろう。



11月17日(土) バネトレ

13:30～バネトレで運動センスを身に付けよう

身体をバネのように弾ませる感覚…。

『バネトレ』を行えば、

運動神経・センスが身につく、

スポーツや競技で驚くほど結果が出せます。

\*動きやすい服装でお越しください。



11月27日(火) キッスヨガ

16:30～キッスヨガでリフレッシュしよう!

集中力や感情のコントロール、心と体の成長も期待できます。

\*動きやすい服装でお越しください。



ハッピーテラス町田駅前教室

〒194-0022 町田市森野2-2-36Wald202 2階

電話042-851-8084 FAX042-851-7819

<machida-ekimae@happy-terrace.com>

- \* イベント等、1日の規定人数を超える場合は、予定表の提出順に受け付けさせていただきますためお早めにご提出ください。
- \* イベントに参加できなくなった場合は予約を繰り上げる関係上早めにご連絡をお待ちいたします。