

子どもと一緒にママとパパも満たされる運動教室

# うんどうのじかん



## 火曜日！親子で遊べる！

**場所** ANCアリーナ 2F柔剣道場

**日時** すべて火曜日  
10:00~11:00

**受講料** 1回 ¥550 または  
回数券(4回分) ¥2,000

**対象** 1~3歳の未就園児の親子  
(4歳以上の受付も可)

### 先生紹介



中川 菜成

特定非営利活動法人 GRIT BASE

- 動きやすい服装、飲み物、タオルを持参してください。(武道場のため裸足での教室となります。)
- 定員は15組(大人1名、子ども2名まで可)
- NPO法人GRITBASEのコーチが講師をします。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。

※回数券の有効期限は  
2025年3月31日までとなります。



ANCアリーナ

TEL: 0263-73-1600

〒399-8204 安曇野市豊科高家4500-1  
<http://www.mizuno.jp/>

● 営業時間 8:30~21:30  
● 休館日 12/30~1/3



ANCアリーナHP



Instagram