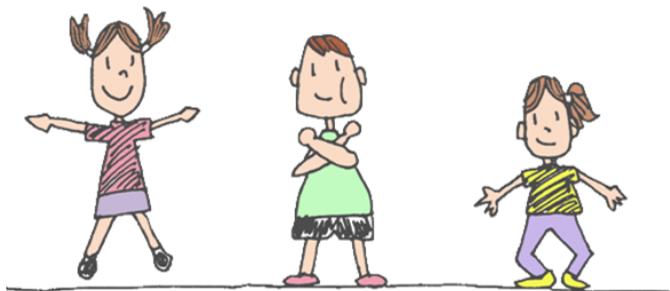


# 元気いっぱいぞ パパと体を動かそう！

## 12/2(土) 10:00~11:30

普段、子育てに参加できないパパ！  
もっとお子さんと絆を深めたいパパ！  
お子さんと体操を楽しみませんか？



体操を通じて…

- ・絆が深まる
  - ・パパの運動不足やストレス解消
  - ・パパ同士の情報交換
  - ・ママに息抜きタイムをプレゼント
- …などが期待できるかも！？



講師 **おばた 小畑 真吾 さん**

BPプロジェクトCC(ビーピープロジェクトシー)主宰。幼児体育指導員。ストレッチングトレーナー。幼稚園や保育園での体操指導、パーソナルトレーナーとして活躍。「えーる」では、子ども向けに「BP体操教室」を開講。

お申込みは  
こちらから



- 対象：小学1～3年生と父親  
会場：練馬区立男女共同参画センターえーる  
定員：15組30名(先着順)  
参加費：無料  
持ち物：汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装  
申込：①講座名 ②参加者全員の氏名(ふりがな)  
③お子さんの学年 ④電話番号を、  
電話、メールまたはファクスでお申込みください。  
保育室：6カ月以上の未就学児対象、定員6名。  
ご希望の方は、お子さんの氏名(ふりがな)、  
年齢(月齢)を11/17(金)までにお知らせください。

※メールでお申込みの際、5日を過ぎても受付した旨の連絡がない場合はお電話ください。

### 練馬区立男女共同参画センター えーる

電話 03-3996-9007  
FAX 03-3996-9010  
メール [oubo@nerima-yell.com](mailto:oubo@nerima-yell.com)  
〒177-0041 練馬区石神井町 8-1-10

