

赤ちゃんとおふれあい遊び&ママヨガ

[日 時] 10/19、11/2、11/16、11/30

(全4回)

いずれも水曜日 13時～14時

[講 師] 市川麻衣子

(米ヨガアライアンス 200H、ベビーヨガ養成終了)

[対 象] 3か月～1歳位までの赤ちゃんとおママ、8組募集

[会 場] 川和小学校コミュニティハウス

[参加費] 一回 500円

[持ち物] 動きやすい服装、タオル、飲み物

[申込み] 先着順 電話・ファックス又は、直接窓口へ



本講座では、産後の骨盤調整、赤ちゃんの運動機能や認知機能の向上が期待できる「ママヨガ」を体験します。手遊び歌やおふれあい遊びを交えながら赤ちゃんと一緒に楽しく運動してみませんか。



特定非営利活動法人 つづき区民交流協会 川和小学校コミュニティハウス

〒224-0057 横浜市都筑区川和町 1463 電話/ファックス：045-934-8666 火曜日・金曜日休館

*お預かりした個人情報は本講座に関する連絡にのみ使用します。