

産後ママと赤ちゃんのヨガ

産後のママの体の引締めと赤ちゃんとのスキンシップをはかります。楽しく体を動かして健やかに暮らしましょう。

日時 1/11、25 2/8、22 3/8 (全5回)

①10時～10時45分
3か月～9ヶ月の赤ちゃん和妈妈

②11時～11時45分
10ヶ月～未就園児和妈妈

場所 北山田小学校コミュニティハウス 和室
参加費 2500円 (全5回分)
募集人数 ①8組 ②8組
講師 木原 瞳 先生

応募は 12月11日(日)よりお電話
又は来館にて。北山田小学校コミュニティハウス
045-591-8444



いただきました個人情報は上記講座の
手続きおよび連絡以外には利用いたしません。



認定特定非営利活動法人 つづき区民交流協会
<https://www.tsuzuki-koryu.org>

