

おやこで楽しくストレッチ

3 B 体操

令和4年度2月の「みんなで遊ぼう」は、日本3B体操協会公認指導者 奥山 麻弓先生の指導による、用具を使って遊び感覚で幼児期の心と体の発達を促す3B体操・ママの為のストレッチを行いました。

当日は4組の親子が参加してくださり、楽しくダンスや体操、ストレッチをしました。

たくさんのご参加ありがとうございました。



実際に用具(ベル)を使用した様子…
皆さん興味津々♪

リズムに乗ってダンシング！
仲良く楽しく体操しました😊

