

# ベビトレヨガふれあい遊び

歌に合わせて親子ヨガを楽しもう♪

**1月29日水** 10:30~11:30

**対象**

ハイハイ期~  
2歳未満



**定員** 親子10組

**場所** ペップキッズセミナー室

**予約** 1/14(火)10:00~予約開始

**参加費** 無料

こどもの脳トレ&身体可動域トレーニングができる楽しい親子ヨガです。  
歌に合わせて動きながら、産後のママの心と体にもアプローチ。

※48時間以内に予防接種をされたお子様のご参加はお控えください。

※上の子の同席はご遠慮ください。(赤ちゃんが寝ているので走り回ったり、おもちゃを投げたりすると危ない為)

服装：動きやすいパンツスタイルでご参加ください。

持ち物：水分補給のための飲み物

**講師** ベビトレヨガインストラクター **安齋 麻衣 先生**  
あんずミルク <http://anzumilk.com>



認定NPO法人郡山ペップ子育てネットワーク事業

NPO ペップ

認定NPO法人 郡山ペップ子育てネットワーク 〒963-8803 郡山市横塚一丁目1-3郡山市元気な遊びのひろば『PEP Kids Koriyama』内

☎ 024-953-5232 ※10時から受付開始

🌐 <http://pep-kids-koriyama.com>