

# ベビーヨガレッツ

歌に合わせて親子ヨガを楽しもう♪

10月13日(火) 10:30~11:30

対象

ハイハイ期(8ヶ月程度)  
~あんよ前  
(1歳未満程度)



定員 親子8組

場所 ペップキッズセミナー室

予約 10/1(木)10:00~

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。  
開催時間には、終了後の質疑応答やお子さまの水分補給のための時間も含まれます。

※24時間以内に予防接種をされるお子さまのご参加はお控えください。

※ご兄弟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)

※妊娠中の方のご参加はご遠慮ください。

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

脳育ベビーヨガレッツインストラクター  
あんずミルク <http://anzumilk.com>

安斎 麻衣 先生



郡山市委託事業

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>