

歌に合わせて親子ヨガを楽しもう♪

# ベビーヨガレッチ

9月8日(木) 10:30~11:30  
(10:15集合)

定員 親子8組

対象 ハイハイ期(8ヶ月程度)  
からあんよ前(1歳未満程度)

予約 8月30日(火)

場所 セミナー室



子どもの脳トレ&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様の水分補給のお時間も含まれます。  
※24時間以内に予防接種をされるお子様のご参加はご遠慮ください。  
※兄弟の同席はご遠慮ください。  
※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  
持ち物：水分補給のための飲み物

講師

国際ホリスティックセラピー協会(IHTA)  
チャイルドボディセラピスト  
ベビーマッサージ あんずミルク <http://anzumilk.com>

安齋 麻衣 先生



認定NPO法人郡山ペップ子育てネットワーク事業  
認定NPO法人郡山ペップ子育てネットワーク  
〒963-8803

福島県郡山市横塚一丁目1-3 郡山市元気な遊びのひろば『PEP Kids Koriyama』内  
TEL：024-953-5232/024-942-6777 (10:00~18:00)



HP



instagram