

初心者さん向け

親子ヨガ教室

入園希望がなくても
参加OK♪
親子のつながりと健康促進
カラダとココロの
リフレッシュに♪



カラダが固くても
大丈夫♪

毎月第4金曜日

(4・8・12月はお休み)

11:00~12:00

場所: まきば幼稚園園舎



費用: 無料

募集人数: 10名様 (首が座っている0歳児から満2歳児と保護者)

お申し込み: 月毎のお申込みで、まきば幼稚園までお電話または
ホームページからメールにて受付 (返信をもって受付完了となります)

動きやすい服装でお願いします。ヨガマットはなくても構いません

担当yogaインストラクター: なっち (高瀬夏実) RYT200 ヨガニトラセラピスト

こどもYOGAプロジェクト・おはよう朝YOGA for kids所属 二児の母

お申込みはお電話またはホームページメールにて
(定員になり次第お申込み締め切りとさせていただきます)

TEL.03-3933-7337

<https://www.makiba.net/>

育児相談やお話
だけでもお気軽に♪

