

育児講座

# 『ベビーヨガ』のご案内



風薫るさわやかな季節となりました。

まざ〜れでは、7月2日に育児講座として『ベビーヨガ』を開催します。ベビーヨガを通してお子さんとよりいっそうふれあったり、また、子育て中のママたちのリフレッシュの時間として、ぜひご参加ください。

講師は、毎年みなさんに好評をいただいているマタニティー・ヨガ認定インストラクターの川上優子先生です。

今回は講座のなかで、ハイハイの様子をみてもらったり、あせもケアなどの話もおりませせて教えていただきます。

当日の参加もOKですが、この時間の遊びの広場はお休みになりますので、ご了承ください。

いつ 令和1年7月2日(火) 10:30~11:30

どこで まざ〜れ遊びの広場内

参加費 無料

持ち物 バスタオル・水分補給のお茶や水  
\*締めつけのない楽な服装でご参加ください

当日のご参加もOKですが  
人数把握のため、まざ〜れ受付カウンターの  
参加申し込み書にご記入ください。

