



わたぼうし 子育て講座

「おやこヨーガ」



池田 有美先生による「おやこヨーガ」です。

ゆったりお子さんと向き合って取り組めるヨガなので、お家でもちょっとした時間に取り入れてもらえればと思います。無理なく楽しく取り組める内容になっています。

リラックスしてご参加ください。

日時 10月20日（火）

午後1時30分～2時15分



場所 地域子育て支援センター（分館）わたぼうし

定員 12組（先着順）

対象 3か月～7か月頃のお子さんと保護者

講師 池田 有美 氏（一般社団法人コトモット）

持ち物 バスタオル（お子さんの下に敷きます）

※定員になり次第、締め切ります。お早めにお申し込みください。

申し込み・問い合わせ

受付：9月14日（月）より 月火木金の午前9時～午後4時

地域子育て支援センター（分館）わたぼうし

TEL：072-447-6223

電話または来所で申し込んで下さい。



※欠席の際は、キャンセル待ちをしている方に連絡します。

必ずご連絡をお願いします。

