

ベビトレヨガ

教室



赤ちゃんと一緒に楽しく触れ合う

テーマ：産後のウエスト
引き締めヨガ

7/7 火
9:30-10:30

終了～11:30まで
残れるママはティータイム♪

会場
参加費
対象

八橋地区公民館
無料
0才～3才のお子様とママ
※妊娠中の方はご遠慮ください。



持ち物

バスタオルorヨガマット
その他、水分・赤ちゃんに
必要なもの

定員

10組
7/6(月)までのご予約、
定員になり次第、受付終了！

内容

- ・ご挨拶、自己紹介
- ・赤ちゃん脳トレ遊び
- ・ママ+赤ちゃんで
産後骨盤ヨガ

赤ちゃんと一緒にゆるく
ヨガトレーニングしませんか？

お問い合わせ・ご予約は公式LINEor
八橋地区公民館 52-2564 まで。



岩本 直子



骨盤調整・リンパケア
専門サロン merci