



親子でヨガ 3月

『 ママヨガ 』

— ママも子どももリフレッシュ —

保育園の梅の木の蕾がようやくふくらんできました。春の足音がそこまで来ていますね。

寒さで縮こまっている体をヨガでゆっくりほぐしていきましょう！
初めての方でも大丈夫！お気軽にご参加ください。



日 時	<u>3月7日(木)</u> AM 10:30~AM 11:30
講 師	国際中医美容師 高橋 可奈子 氏
対 象	0歳から6歳までのお子さまと保護者の方
持 ち 物	親子で飲める飲み物、汗拭きタオル
服 装	動きやすい服装
人 数	先着 親子 10組まで

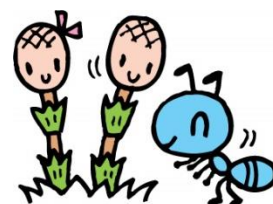
- ※ 当日お子さまの好きなおもちゃを持って来てくださいね。
尚、音の出ないおもちゃにしてください。
- ※ 妊娠中、妊娠の可能性のある方はご遠慮ください。



申し込み・お問い合わせ

TEL 791-3369

- ☆ 申し込みは **2月21日(木) 9時**からです。
- ☆ 1回の申し込みで1組とさせていただきます。
- ☆ 駐車場の利用はできません。徒歩か自転車・ベビーカーでお越しください。ご協力 よろしくお願ひします。



幼保連携型認定こども園

やまびこ保育園