



親子でヨガ 4月

『 ママヨガ 』

— ママも子どももリフレッシュ —

保育園では今年度も「親子ヨガ」を実施します。
ヨガの先生が参加者の様子に合わせて動きを調整して下さいます。
無理なく体をほぐしていきましょう。初めての方でも大丈夫です！
お気軽にご参加ください。

日 時	<u>4月22日(月)</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 **4月8日(月) 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