

YOGA WITH A BABY

産後のママの心と身体を

お子さんと一緒に動き・癒す

ヨガクラスです

ママとベビーの ワクワクヨガ

【開催日時】

5月24日(金) 10:30~11:30 つながるスタジオ
6月 7日(金) 10:30~11:30 おどるスタジオ
6月21日(金) 10:30~11:30 つながるスタジオ
その他の会場・日程についてはお問い合わせください

【開催場所】メディアコスモス(岐阜市司町40-5)

駐車場はメディアコスモスの立体駐車場をご利用ください。施設利用者はインフォメーションカウンターに割引認証機を通していただくと2時間無料となります

【対象】生後2ヶ月~2歳位の赤ちゃん和妈妈

帝王切開の方は産後3ヶ月を目安に、主治医にご相談ください。予防接種後2日間のご参加はお控えください。

【参加費】 1レッスン 1,000円

【持ち物】

ヨガマット(100円でレンタル可能です。予約時にお知らせください)、バスタオル、

親子ともに水分補給できるもの、

赤ちゃんのお世話グッズ(音がならないおもちゃ・おやつなど)、親子ともに動きやすい服装でお越し下さい

【ご予約・お問い合わせ】

LINE@でのご予約がおススメです。ポイントカードがございます。

10個貯まると1回分のレッスンが無料に!

是非ご利用ください

QRコードを読み取り、お友達登録の上メッセージからご予約をお願いいたします。

ID:cpj5733b

お問い合わせ: 090-1628-6386

*レッスンの様子はInstagramをご覧ください
Instagram「midoritanahashi」で検索



ANGELRING 棚橋みどり

日本ママヨガ協会ママとベビーのためのヨガ認定講師
ベビーマッサージ講師、リトミック教室講師
おもちゃインストラクター