



ママとキッズのニコニコ



2022年 **2月17日 (木)** 10:00~11:30 受付9:45~

場 所：みんなの森 ぎふメディアコスモス かんがえるスタジオ

参加費： 2,200円 (バランスボールレンタル料・保険代込)

対象・定員：未就園児の親子・12組

持参品：水分500ml・動きやすい服装・汗拭きタオル・素足になれる準備・
ヨガマット又はバスタオル

ママとキッズの音楽に合わせてバランスボールエクササイズ



ママたちのおしゃべりタイム



バランスボール講師：AIXONバランスボール 平井 愛
一般社団法人体力メンテナンス協会
バランスボールインストラクター・体力指導士・産後指導士



申込み・問合せ：主催 NPO法人 ほっぺの会

<https://hoppe-no-kai.com/>

TEL : 070-5332-8747 (宇野) 締切り後の申し込みは電話で

