

かるがもっこ広場

ベビトレヨガ

ママの骨盤調節×子供の運動・脳トレ×友達作り



親子でポーズに挑戦!

みんなで脳トレ遊びもするよ!



講師：藏光あけみ

2024 8月8日(木)

11:30~12:00

(5分前には集合をお願いします)

※通常のかるがもっこ広場は11:15までです。

対象

0歳~2歳頃のお子さんと
ママ (パパも歓迎)

※生後2カ月以上のお子様対象
※参加申込み制です。(定員8組)
※ママとポーズは首が座ってから

持ち物

- ・動きやすい服装
 - ・飲料水 (ママとお子さん用)
 - ・タオル
 - ・バスタオル (ごろ寝するお子さん用)
 - ・いつものお出かけセット
- ※ヨガマットは用意しますので不要です!

泣いてOK! 寝ちゃってOK!
赤ちゃん和妈妈が気軽に参加できる空間です♪!

安心して来てね

大栗川・かるがも館

住所：東京都多摩市和田2006番地4

ご予約は7/25(木)14時から受付又は電話にて

☎ 042-372-7575