

スキンシップ ママ&ベビーヨガ教室

隔週 **水** 曜日

5/11、5/25、6/8、
6/22、7/13、7/27

10:00 ~ 11:00

場 所：三国運動公園
健康管理センター 2 階
参加費：1 回 500 円
定 員：15 組

※申込が 5 組以下の場合、開催中止となる場合があります。



講師 山崎美冴 (Purema)

対象年齢

生後 3 ヶ月くらい～
1 歳半前後のお子様

※首が座っている
赤ちゃん



ママとベビーのふれあいから絆を
深め、ママにはリラックスとリフ
レッシュ、ベビーには楽しい時間
を作ります。

カラダに◎

- ・免疫力アップで丈夫な身体に
- ・すやすやねんねに効果大
- ・運動能力が高まる

ココロに◎

- ・愛情が深まる
- ・情緒が安定する
- ・行動力や好奇心が生まれる

持ち物

- *バスタオル
- *赤ちゃんとの
おでかけセット
- *飲みもの

お
申
込
み

(公財) 坂井市スポーツ協会
三国支所 (三国体育館)

お申込みは QR コードもしくはお電話で！！

☎ 82-4686



▲申込 QR コード



▲スポーツ教室 LINE