

ママとベビーのふれあいヨガ

赤ちゃんとのふれあいや遊び
産後のための簡単なヨガ



服装は動きやすい服装で
シューズは不要

10月5日（土）

無料体験しませんか？

13:30~14:30

対象 0才児と母親（首が据わっている0才児）

会場 3階 第2洋室

参加費 無料 **定員** 9組

持ち物 バスタオル・飲み物・必要なあかちゃんグッズ

講師 (株)オーエンススポーツ事業部 太田 良子（ヨガインストラクター）

申込 お申込み順 9月1日（日）～

きんぷく祭なので
フリーマーケット
朗読会・ダンスや合唱
いろいろ楽しめます。

【申込連絡先】

文京区勤労福祉会館
文京区本駒込 4-35-15
☎03-3823-6711



オーちゃん