

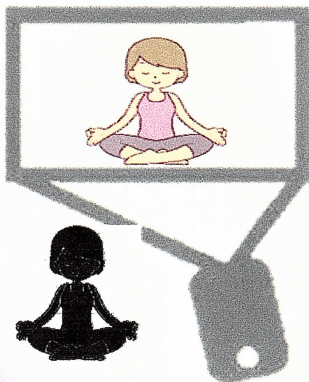
リズム&ヨガであそぼう♪

講師のご都合で変更になりました

2021年	4月	8日	(木)		10月	14日	(木)
	5月	6日	(木)		11月	11日	(木)
	6月	10日	(木)		12月	13日 9日	(木) (月)
	7月	8日	(木)	2022年	1月	13日	(木)
	8月	12日	(火)		2月	10日	(木)
	9月	9日	(木)		3月	10日	(木)

- 時 間 : ベビークラス 10:00~10:40
歩くクラス 10:50~10:30
- 場 所 : 自宅 (飯山総合学習センター1階遊戯室)
- 講 師 : かわだゆきみ (ヨガ・英会話講師:はぐたいむヨガ®主宰)
- 対 象 : 0才半~3才の子どもとママ
- 定 員 : 各講座 親子10組
- 準 備 物 : 動きやすい服装・飲み物
- 参加料 : 無料
- 申込み : 飯山総合学習センター事務所窓口、もしくは電話で予約をいれてください。
自宅で受講する場合は、メールアドレスを講師に伝えます。
講師の方から接続先をメールでお知らせします。
飯山総合学習センターで受講する場合もオンラインです。

問い合わせ : 飯山総合学習センター TEL 0877-98-3319
(AM9:00~PM5:00 ※ 月曜・祝日休み)



楽しい英語の歌にあわせてリズム体操♪

親子のふれあいあそびをご紹介します！

ママの優しい声やタッチは、赤ちゃんの心理的な安心感を育て、
ママのためのヨガで、産後の体調回復をサポートします。

