

ベビトレヨガ



講師の山中先生
3人のお子さんの
ママです♡



7月10日(月)
保健福祉センター2Fで
ベビトレヨガを行いました♪

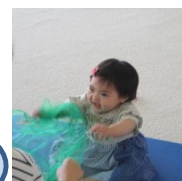
あんだよ
でないないな
できちゃった！
い



お子さんと一緒にできる
ベビトレヨガで
親子共にリフレッシュ☆



ふわふわシフォン
たのしいね☆



毎日育児で体がカチカチで
すね💦
腕や背中をしっかり伸ばして
メンテナンスしましょう♩



参加された親子のみなさん
お疲れ様でした♡
山中先生
ありがとうございました

