

ひよこの様子 3月

ベビトレヨガ教室

3月18日(月)
保健福祉センター2階で
ベビトレヨガ教室を行いました



講師の山中先生
3人のお子さんの
ママです♡



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



ばあ！
ないない
あーい
いよ



ふわふわシフォン
たのしいね☆



毎日育児で疲れた体は
腕や背中をしっかり伸ばして
ストレッチしましょう



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

