

ひよこの様子

4月19日(土)
保健福祉センター2Fで
ベビトレヨガを行いました♪

パパとママいっしょの ベビトレヨガ教室



講師の山中先生
3人のお子さんの
ママです♡



ベビトレヨガ。。。身体を上手に使う楽しさを感じられます。産後ママの体ケアや赤ちゃんの脳トレに良いですね♪



日々の緊張がほぐれ
自然とみなさん笑顔
あふれる空間になりました♪



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

