

ベビー&ママのヨガ体験

呼吸を大切にしながら親子で
楽しめる優しいヨガです。

日時：7月22日（月）11：00～

講師：吉川 由加梨さん



対象：首が座った3ヶ月～1歳半頃までの赤ちゃんとお母さんお父さん

持ち物：飲み物、バスタオル、ヨガマット（貸出可）