

キ・ターレ

ママヨガ・カフェ

この講座は「ママヨガcafe」さんの出張講座となります

赤ちゃんと一緒にほっとひと息

ママのためのゆるヨガ&コーヒー時間

赤ちゃんと参加できる、ママのための時間です。

抱っこOK!・授乳・おむつ替えをしながらでも大丈夫。

ヨガで体をほぐした後は、コーヒーでほっとひと休み。

「全部できなくてもOK」

無理のないペースで気軽にご参加ください。

日時：6月1日(月)10:30~12:00

対象：0歳~1歳のお子様とママ

参加費：無料

定員：7名

持ち物：動きやすい服装・飲み物・おむつ

申し込み方法：下記QRコードから申し込む

申し込み開始日：5月25日(月)9時~

お問い合わせ：北守谷児童センターキ・ターレ

※カフェインレスコーヒー・他の飲み物もございます



ママヨガcafeさんの
活動の様子はこちらから



MORIYA_MAMAYOGACAFE

講座の申し込みは
こちらから

