

親子で一緒に

骨盤体操

骨盤の歪みを整えて、産後の身体をケアしましょう！

日時：7月30日(火)

① 10:30～ ベビー 10組

首が座っているお子さん～ハイハイまでのお子さんとお母さん

② 11:10～ キッズ 10組

よちよち～2歳までのお子さんとお母さん

持ち物：飲み物・タオル

動きやすい服装でいらしてください

申し込み：7月9日(火)～ ※先着順です

