

ママ & パパの シェイプアップ With ベビー

日 時

3月14日(土)

14:00~15:00

定 員

4 組

申込日

3月6日(金)

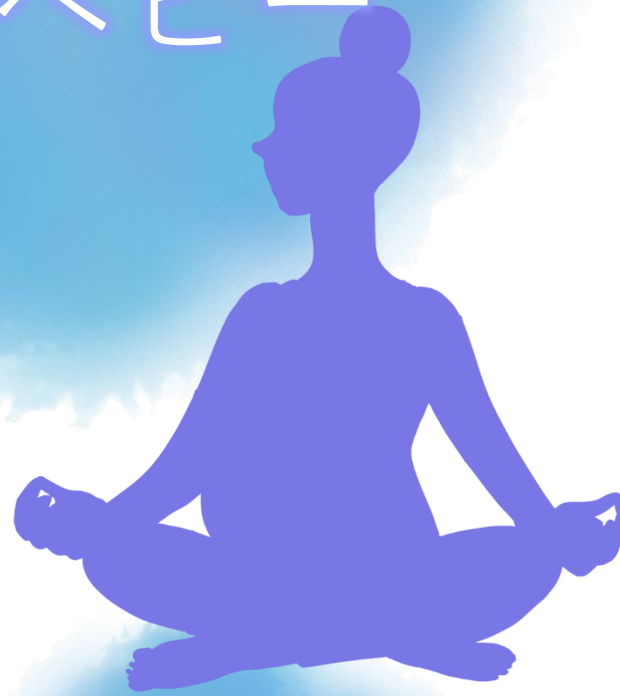
10:00~16:00

インターネット抽選

対 象

妊婦さん・生後2カ月～
ハイハイができる前まで
のお子さん

※初めての方が優先と
なります。



お子さんを抱っこして
床に寝転がり、ゆったりとした
骨盤矯正をします。

いざという時に役立つおんぶ
の仕方も教えてもらえます。
動きやすい服装でご参加
ください。

講師 今田米子先生



豊洲子ども家庭支援センター
03-3536-7681