

ママ&パパの シェイプアップ With ベビー

日 時

8月22日(土)

10:30~11:30

定 員

4組

申込日

8月14日(金)

10:00~16:00

こうとう親子手帳アプリからの受付・抽選
となります

対 象

妊婦さん・生後2カ月～
ハイハイができる前まで
のお子さんと保護者
※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。
動きやすい服装でご参加ください。
※妊婦さんでお腹の張る方は
ご遠慮ください。

講師 今田米子先生



豊洲子ども家庭支援センター
03-3536-7681