

ママの シェイプアップ With ベビー

日時
11月7日(土)

10:30~11:30

定員

4組

申込日

10月30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ママ

※初めてのの方が優先となります。

今回は女性の方限定となります。



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。

講師 今田米子先生



豊洲子ども家庭支援センター
03-3536-7681