



ママと赤ちゃんがハッピーに😊



ベビトレヨガ レッスン開催☆

赤ちゃんとのスキンシップを楽しみながら産後の心と体をケアしませんか？

第1回

7.1

WED

第2回

7.15

WED

会場／ニッカホーム町田ショールーム 時間／pm2:00~3:00

対象／2ヶ月(首が座った赤ちゃん)~3歳前後の赤ちゃんとママ・パパ

ベビトレヨガの効果

ママ

産後の
ケア

産後の
トレーニング

身体の
不調
改善

赤ちゃん

柔軟性
UP!

脳を
育てる

可動域
トレーニング



担当講師 小宮楓

洗足こども短期大学卒業後9年間
保育士として勤務。二児の母。
2020年5月よりベビトレヨガインストラクターとして活動中。
手遊びうたやふれあい遊びを取り入れたレッスンを展開。
保育士資格
幼稚園教諭二種免許
ベビトレヨガインストラクター資格

ご予約はこちらから♪



HAEDE.BABY.YOGA.0411