



おやこであそぼう！特別講座



Baby

YOGA

お子さんとのスキンシップを楽しみながら  
エクササイズをしませんか？



日時

10.12

木

0歳児対象

10.13

金

1歳児から未就園児対象

講師/SAYAKA先生（資格：全米ヨガアライアンス・産前産後ヨガ指導者・骨盤底筋  
トレーニングヨガ指導者・ヨガ安全指導員・ウォーキングインストラクター）

場所/高松幼稚園3階ホール 時間/am10:00~11:00 参加費/無料

募集人数/各日、先着10組までの予約制（9月11日から予約を受け付けます）

## ベビーヨガの効果

親子のスキンシップ

運動機能の向上

リラックス効果

- 「おやこであそぼう！」の特別講座です。予約制になります。参加を希望される方は高松幼稚園 Tel087-861-3666 までお申し込みください。  
12日(木)はベビー対象、13日(金)は独歩のできる乳幼児が対象です。
- 参加される方は、水分補給のできるもの(親子共に)、バスタオルをご持参ください。
- 運動ができる服装でご参加ください。