

～赤ちゃんとの暮らし～
2026年度

からだほぐれる 親子ヨガ

～ ママの笑顔は世界を救う ～

難しいポーズは一切なし！

お子様といっしょに楽しみながら体を動かしましょう♪
肩こりや腰痛、そして夏の暑さ・冷房疲れを吹き飛ばすための
お家でできるケアや呼吸法についても
お伝えします☆



日時：2026年8月27日(木) 10:30～11:15

場所：おやこふらっとひろば東灘

参加：15組（抽選） 参加費：無料

申込：Webにて 申し込みは右の2次元コードより

受付：8月1日～15日 抽選：8月17日



ブランケットまたはバスタオルをご持参ください
ヨガマットはこちらでご用意いたします

おやこふらっとひろば東灘

TEL 078-841-4377

mail : oyakofuratto.higashinada@gmail.com

event@oyakofuratto-higashinada.com（配信専用）