

ママとベビーのふれあい体操教室(木)

赤ちゃんの触れ合い遊びやコミュニケーションゲームを楽しみましょう！



【目標】

◆赤ちゃんと一緒に楽しく体を動かしましょう！

【魅力】

★産後の運動不足、ストレス解消
★赤ちゃんの免疫力UP！！

【担当】 親子体操連盟

【活動内容】

本会は、子供たちをただ鍛えるのではなく、大人も共に活動し“健康を育む”ことこそが最良の方法と考え、その意義を広く社会に伝え地域に普及させるために、スポーツセミナーや各教室などの様々な事業を行っています。

【日程】 毎週木曜日

1月10,17,24,31日／2月7,14,21,28日
3月7,14日

【時間】 12:00～12:45

【対象年齢】 3ヶ月～11ヶ月の子どもと保護者

【定員】 30組(先着)

【料金】 10回コース：8,000円(税込)／体験：1回800円(税込)