

ベビーヨガ



体験教室開催

赤ちゃんとの触れ合いをもっと楽しみたいママにおすすめ！
スキップを楽しみながらエクササイズしませんか？
参加料無料で専門の講師によるベビーヨガ体験教室を開催します。

Q. ベビーヨガってなに？効果は？

A. 赤ちゃんもママも身体を動かして楽しむことができるベビーヨガ。

赤ちゃんを高く抱き上げたり、ママの身体に乗せたりして、赤ちゃんの体をやさしく動かし、筋肉をバランス良く刺激します。
スキップを通じて赤ちゃんの知育や、情緒の発達、筋肉を刺激して運動機能の向上などの効果が期待できます。

ママが抱っこしたり、身体の上に乗せたりするため運動量も多め。

赤ちゃんにメリットがあるだけでなく、産後ダイエットにもぴったりのエクササイズです。



開催日 5月18日 or 26日のいずれかを予定

育児の中に親子で楽しむ時間を。

参加費 無料

同じ年頃の赤ちゃんをもつママ同士の知り合うきっかけにも。

定員 5名(多数の場合は抽選となります)

興味がある、参加したいという方は、下記の必要事項を
ご記入いただきFAX、もしくは下記ホームページより

対象 生後3ヶ月～18ヶ月の首がすわった
赤ちゃんとその保護者様

お申し込みください。ご連絡をお待ちしております。

詳細が決まりましたら改めてご連絡させていただきます。

会場 弊社事務所3階
(栗東市小柿5丁目11番3-1号)

詳細は下記ホームページにて確認できます。参加お申し込みもページ内から可能。

<https://ritto.net/baby-yoga/> こちらのQRコードからもアクセスできます→



必要事項

ふりがな
名前

住所

電話番号

参加希望日

5月18日

・ 5月26日



※いただいた個人情報はベビーヨガ教室開催に関するご連絡と資料の送付以外には使用しません。

FAX送信先 / 077-553-4460

メール送信先 / info@ritto.net