

# 産後ママのヨガ教室

赤ちゃんと一緒に、リラックスして、  
心も身体も楽しく整えましょう。



1/26(月) 10:00~11:00

対象:乳幼児親子 15組

申込:申込先着順

12/21(日)13時から窓口もしくはお電話

講師:内藤美紀氏 (ヨガインストラクター歴15年  
2児の母)

mikiヨガサークル主宰

会場:上寺尾小学校コミュニティハウス

参加費:300円 (おつりのないよう、ご持参ください)

持ち物:うわばき、飲み物



欠席遅刻される際は、必ず事前にお知らせください。

※状況により、中止や変更となる場合があります。ご承知おきください。

主催:上寺尾小学校コミュニティハウス

TEL:045-585-3770

横浜市鶴見区馬場3-21-21

月 水 金 :午前9時~午後9時  
土・日・祝 :午前9時~午後5時

HP

SNS (X)

