

磯子地域ケアプラザ

ベビーヨガ

赤ちゃんはベビトレ！ふれ合いながら心や体の土台作りや脳トレを！
ママはママトレ！産後の骨盤ケアや子育てによる日頃の疲れの軽減を！
赤ちゃんの「笑顔」を大切にしたい二人のためのヨガ講座です。
いっしょに体を動かしてリフレッシュしませんか？

実施日時： 2022年9月～2023年3月(全14回)

第2・4金曜日 10時～10時45分

対象年齢： 首が座ってからよちよち歩きのベビーまで

定員： 区内在住の親子10組 先着順

講師： 服部 すみえ 先生

ベビトレヨガインストラクター

参加費： 2,800円(9月～3月分)

*お休みされた分の返金はありませんが、
退会の場合はご相談ください

保険代： 800円(9月～3月分)

申込み： 8月4日(木)9:00～

申込み先： 磯子地域ケアプラザ ☎045-758-0180

下記の申込書と保険代800円を8月25日までに
提出してください



磯子地域ケアプラザ ベビーヨガ申込書

ふりがな

連絡先

お子様の氏名 _____

住所: _____

性別 男 女

生年月日 _____年 _____月 _____日

電話: _____