



小さな子どもと一緒にできるヨガを体験しよう♪

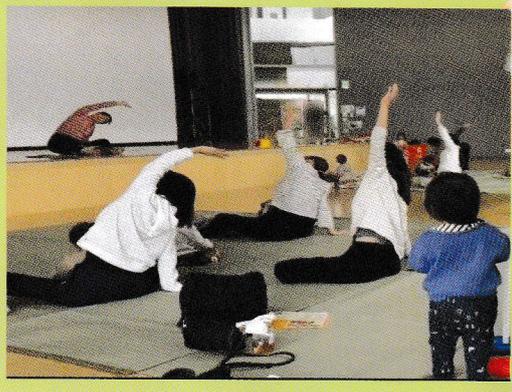
# 親子ヨガ体験講座

開催日 2024年3月6日 (水)

時間 10:30~11:30  
対象 首すわり(生後約3ヵ月)~未就園児の親子  
場所 井郷交流館(2F大会議室)  
人数 20組  
参加料 無料  
持ち物 動きやすい格好(スカート不可)、  
ヨガマット(または大判バスタオル)、  
水分、タオル  
お願い 朝の検温



【内容】  
ベビーマッサージ  
ふれあい遊び  
親子でヨガのポーズ  
など



講師 ヨガインストラクター 田村 咲登翠 (たむら さとみ)

ヨガインストラクターとしてベビーからシニアまでを対象としたヨガ教室を開催しています。2020年2月のコロナ禍に第1子を出産し、現在は絶賛子育て奮闘中です。

- ◆一般社団法人 チャレンジド・ヨガ  
~視覚障がいの方のためのヨガ~
- ◆ハンディキャップヨガ®インストラクター
- ◆ハグヨガ® 抱っこ紐の調整とヨガエクササイズ
- ◆こそだて応援教室【ぼけっと】  
・未就園児サークル主催  
・ママの学校 HAPPY SUN



申し込み

コネットHPのフォームから、またはメールでお申し込みください。

※メールでお申し込みをされる方は参加されるお子様の名前、月齢、保護者の方の名前と連絡先をご記入ください。

HP <https://toyotaconetinfo.wixsite.com/home>

MAIL [toyotaconet.kouza@gmail.com](mailto:toyotaconet.kouza@gmail.com)

問合せ先TEL 070-5254-8631

コネットHP

