

全プログラム0歳から参加可能！

すくすくキッズプログラム

5/19(火)

初心者OK♪
親子で楽しい「骨盤ダイエットYOGA」



春は骨盤矯正のゴールデン期間です♪

気温上昇と共にゆるむ/ゆがむ/ひろがる骨盤はリセットのチャンス♪正しい位置へ導きスッキリ整えます。親子で楽しさ倍増！お家遊びのヒントも満載のひとときです。

時 間	①10:00~10:40 / ②11:00~11:40
会 場	カルチャー工房
対象月齢	3か月～未就園児 ※①、②ご都合のよろしい時間帯をご予約ください ※首がまだ座っていないお子様の参加はご遠慮いただいております
料 金	1,000円（親子ペア券） ※兄弟連れ未就園児のみ可能（追加無料）
定 員	各回10組20名
申 込	3/23（月）10:00より開始（電話・窓口にて受付中！）
持 ち 物	・手で持てる大きさのお気に入りのおもちゃ（電子音の鳴らないもの） ・動きやすい服装 ・水

講師
プロフィール

かとうめぐみ

ママとベビーのヨガ/えがおのたね
(社)日本ママヨガ協会認定講師
(社)乳幼児子育てサポート協会イヤイヤ期子育てアドバイザー
子育て支援共育アドバイザー



申し込み・お問い合わせ先

申込開始日以降、サンハートの窓口またはお電話にてお申込みください。定員に達し次第、受付を締め切らせていただきます。（先着順・キャンセル待ちあり）チケット販売以外の参加費については、プログラム当日のお支払いをお願い致します。

主催：横浜市旭区民文化センターサンハート

（指定管理者：横浜メディアアド・相鉄・神奈川共立共同事業体）

〒241-0821 横浜市旭区二俣川1-3二俣川ライフ5階

TEL:045-364-3810（9～21時・不定休） / 〆：sunheart@sunheart.info



イベントに関しては、ホームページ・各種SNSからも
情報配信します！フォローお願い致します！



ホームページ



Twitter



Facebook



Instagram