

ママのための 産後リフレッシュヨガ

ママに気持ち良く体を動かしリフレッシュ
してもらうことを目的としたヨガです。

そばに赤ちゃんがいますので、
泣いたりぐずったりした時は
気軽に退室・授乳していただけます。



開催日：9月7日、14日、21日（金）

時間：10：00～11：00

場所：ふじみ野市立総合体育館

ふじみ野市大井武蔵野 1392-1

ナビでは「大井総合体育館」

料金：1回500円

対象：生後4ヶ月～1歳のお子様とお母様

定員：20組

申込方法：049-263-8988へ電話



お問い合わせ先

049-263-8988