

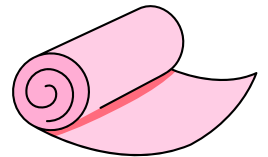
赤ちゃんと一緒に動く

# 親子YOGA



子育て中の肩こり、腰痛を  
赤ちゃんと一緒にほぐして  
いきましょう！

ヨガ初めての方でも気軽に  
ご参加頂ける入門クラスです！



## 3月11日(月)10:30-11:30

対象 先着5家族さま！

1歳半までの赤ちゃんとママ（パパも大歓迎！）  
大人お一人での参加も大丈夫です！

### 料金

一般1000円 当日現金でのお支払いになります。  
テットー会員100円引き(会員募集中！)

### 持ち物

飲み物、汗拭きタオル、  
赤ちゃんお出かけセット（オムツ、ミルク、着替えなど）  
ヨガマット完備しています！



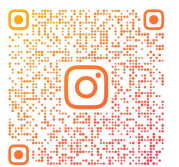
講師：片岡ひろみ  
RYT200時間認定講師、RYT500取得中  
マタニティヨガ、産後ヨガインストラクター  
3児の母親で現在も育児奮闘中！

のざわテットー  
ひろば

開催場所 お問い合わせ

世田谷区野沢3-14-22

03-3418-9950 ご予約はこちら→



@HIROMI\_YOGA\_KAPILINA