

OSK HAGMAMA PRESENTS in ASAKUCHI



対象年齢
生後1ヶ月から
1歳頃まで

YOGA & Baby Massage

リフレッシュヨガ & ベビーマッサージ

ママと赤ちゃんの心身の安定を図る
ベビーマッサージ。そして育児で疲れた
ママの身体をリセットするヨガで
心も身体もリフレッシュしませんか？

同じ育児中のママと情報の交換もしましょう

TakimotoNoriko

瀧本 紀子

profile

OSKスポーツクラブ
健康づくり事業課所属
健康運動指導士
日本マタニティフィットネス協会
ペビービクス&ベビーヨガ

私生活では1男2女の
ママをしています♪



日時 5/23、6/27（火）7/27（木）
10:30~12:00

場所 浅口市健康福祉センター2階 和室
〒719-0243 浅口市鴨方町鴨方2244-26

参加費 1回 2,000円(税別)
※何回でもご参加いただけます

お申し込みはインターネットからお願いします

<http://u0u0.net/Cgxx>

《お問い合わせ》OSKスポーツクラブ岡山 ☎086-252-3112

健康づくり事業課まで

