



# ベビー&ママ にこにこ3B体操

3月6日(金) 10:00~11:00

会場 にしともひろば  
(横浜市西区中央1-5-10 西区役所1階)  
定員 8組(首すわり~あんよ時期の赤ちゃん)  
持ち物 汗拭きタオル・飲み物  
参加費 500円  
その他 動きやすい服装でいらしてください

音楽に合わせて赤ちゃんとのふれあい遊びや、ダンスをします  
産後ママのストレッチや筋トレも



お申込みはこちら

(公社) 日本3B体操協会 公認指導者 奥山

TEL:090-8202-5322

MAIL:mayumiracle05@gmail.com