おやこでベビーダンス



日　時：１２月１０日（木）１０時～１０時４５分
場　所：こどもプラザあおぞら
対　象：首が座り始めた３ヶ月頃～２歳頃のお子さん
　　とその保護者
料　金：無　料
持ち物：抱っこひも、飲み物、汗拭きタオル
申込期間：１１月２４日（火）より開始
受付時間：９時～１７時
　＊電話（２２－３４８９）
　　または来館時直接申込み可能

こちらのＱＲコードからも申込みできます　→

講師：ベビーダンス＆
ヨガ教室 nerine
三浦（みうら） 恵美（えみ）　氏
（湯沢市）

パパの抱っこでの
ベビーダンスも
大歓迎！
定員はありませんの
で、みんなで
楽しみましょう♪

ベビーダンスって？

赤ちゃんやお子さんを抱っこしながら、音楽に合わせてステップを踏み、親子のふれあいや絆を深めるコミュニケーションダンスです♪

赤ちゃん爆睡率９２％！
産後エクササイズや
ママの気分転換に

