

赤ちゃんの五感を刺激
ピアノの生演奏で行う

ママの小顔を作る
脚の冷えとむくみを解消

ベビーリトミック & ママのボディメンテ



【開催日】 ①11月10日（日） ②11月24日（日） ③12月8日（日）

【時間】 10:00～11:30

【場所】 ①自由が丘ハイハットスタジオ ②③緑ヶ丘文化会館

【対象】 10か月～1歳半までのお子様とママ 【定員】 各回15組

【参加費】 3回コース 10,000円（税込） ※1回のみの場合1回4,000円（税込み）

※お子様のおやつと飲み物、ママ用のアロマオイルつき

【内容】 ピアノの生演奏で行う10か月から1歳半までの赤ちゃん向けのリトミックです。
親子で触れ合いながら楽しく五感を刺激していきます。

ママのボディメンテでは、日ごろ後回しになりがちなママの体にアプローチします。
セルフで顔と脚のリンパドレナージュをアロマオイルを使って行います。

【備考】 3回コースを基本としています。体調などで急にお休みする場合は、当日の内容を別日に収録した画像をUSBなどで送付することで対応させていただきます。
パパの同室OKです。上のお子様もパパが同室の場合はお連れいただけます。
参加いただくにあたっての詳細は、お申込みいただいた方にメールで送信いたします。

【申込方法】 ①ママとお子様のお名前 ②メールアドレス ③当日連絡のつく携帯番号を
下記まで送信下さい

【講師】

一般社団法人 日本マタニティフィットネス協会ディレクター
ベビフィット株式会社 代表取締役

中川 裕美子

一般社団法人 日本マタニティフィットネス協会ゴールドインストラクター

加藤 道子

