



文京区勤労福祉会館 自主事業



# ママとベビーママの ふれあいヨガ

## 4月24日（月）

10:30~11:30

定員  
10組



対象：0才児と母親（首が据わっている0才児）

申込：お申込み順 3月6日（月）～

参加費：400円

会場：文京区勤労福祉会館 3階 2・3和室

講師：(株)オーエンススポーツ事業部

太田 良子（ヨガインストラクター）

- 持ち物：ヨガマットまたはバスタオル  
飲み物・必要な赤ちゃんグッズ
- 服装：動きやすい服装（シューズは不要）
- ♥赤ちゃんとのふれあいやあそび
- ♥産後のための簡単なヨガ

### 【申込連絡先】

文京区勤労福祉会館  
文京区本駒込 4-35-15  
☎03-3823-6711

