

親子ヨガ 参加してみない？

アロマの香りに包まれて
癒し効果抜群

産後のヨガには身心の調子を
整える、骨盤や体型の矯正、
体重の減少など、さまざまな
効果が期待できます。



第2・第4火曜日

10:30~11:30

〒824-0512

大任町大字大行事3090番地

大任町老人センター内

大任町子育て支援センターすまいる

☎0947・63・4583



講師：ヨガインストラクター
日高 奈保美 先生