



あいあい キッズヨガ



ヨガで、リラックスタイムを一緒に楽しみませんか？

子どもは年齢に合わせた動きや遊びを続けることで集中力がアップ！

大人向けに、肩こりや疲れに効果のあるポーズなども教えてくださいます。

～あいあいキッズヨガ～

2026年 10月14日（水） 11月4日（水）

12月 2日（水）

2027年 1月 6日（水） 2月10日（水）

3月10日（水）

また、にこにこクラブ（全6回コース）も10月～3月に開催します。

毎回参加出来る方、ぜひお問い合わせください。

～にこにこクラブ（全6回コース）～

2026年 10月28日（水） 11月18日（水）

12月 9日（水）

2027年 1月13日（水） 2月24日（水）

3月24日（水）

講師 大竹 幸子 氏

健康運動実践指導者

エアロビクスインストラクター

マタニティヨガインストラクター

全米キッズヨガインストラクター

ヨガ養成学校・キッズヨガ講師



場所：神戸元町ちどり保育園

1階ひだまり

時間：10：15～11：00

対象：未就園児（0～2歳児）親子

定員6名

動きやすい服装、水分補給のご用意を
お願い致します。

TEL：078-341-5580