



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～

2025年 10月1日(水) 11月5日(水)

12月3日(水)

2026年 1月7日(水) 2月4日(水)

3月4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)～

2025年 10月15日(水) 11月19日(水)

12月10日(水)

2026年 1月14日(水) 2月18日(水)

3月11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