

お気軽に
ご家族でヨガ体験

ファミリーヨガ

12/23(土) 9:10～9:40



場 所	2階 和室
受講料	1組 500円 (一人参加OK)
定 員	5組 程度
対 象	ご家族でご参加ください
持ち物	お水、タオル、ヨガマット(又はバスタオル)、 動きやすい服装 ※ 貸出し用ヨガマットは数に限りがございます。 ※ 上下めくりにくい服装でご参加ください。
内 容	・家族でヨガにチャレンジ！ ・子どもの運動能力を高めることはもちろん、 想像力や協調性も育むことができます。 ・パパママも目線をあわせて一緒に体験し 親子で楽しいふれあいの時間を共有します。
受講方法	★事前予約制 ①受付窓口またはTELにてご予約 ②参加者の詳細(人数、お子様の年齢) ③受講料のお支払いは、当日となります。 ※当日のキャンセルはキャンセル料(全額)発生します。

講師：だくみ先生



- 海老名市在住。「ヨガ・シャウチャ」を主宰。
- ・全米ヨガアライアンス RYT200・IHTA認定ヨガインストラクター1級/2級
- ・YOGAed.(キッズヨガ) PL1/PL2 ・日本ベビー協会ベビーヨガインストラクター1級
- ・日本能力開発推進協会食育アドバイザー
- ・日本アンガーマネジメント協会アンガーマネジメントキッズインストラクター
- ・ホネナビ公認インストラクター