

## 子育てに関わるお仕事をされている皆様

親子で楽しめる・心と体を元気にするヨガ

# 親子ヨガを学びませんか

普段の生活や職場で実践できる親子ヨガを学ぶ研修会です

平成 27 年 9 月 12 日 (土曜日)

場所 : GAIA NETWORK YOGA STUDIO(盛岡市紺屋町 4 - 2 4)

《参加費》午前のみ **3000 円**、1 日 **5000 円** 定員 **15** 名

(定員になり次第締め切ります)

《持ち物》動きやすい服、ヨガマット、筆記用具、飲み物

《プログラム》

9:00 受付

9:30~12:30 (午前の部)

日本ヨガ連盟の活動趣旨、キャンペーンの概要説明

ベビーヨガ(0 歳児)&産後ヨガ

13:30~17:00(午後の部)キッズヨガ(未就園児)&親子ヨガ

お問い合わせ・お申込方法

(1) メール

Mariko770721@yahoo.  
co.jp

(2) 電話

080-5509-0707

(3) FAX

019-651-1933

岩手担当 梅原 麻梨子

はぐすくプロジェクトとは?



オレンジリボン運動

この活動は子育てや家庭教育において、子どもの人権や児童虐待などの子どもに関する問題の予防啓発を行う「オレンジリボン運動」の趣旨に賛同して実施するものです。

キャンペーン期間 : 10 月 1 日~11 月 30 日

期間中に育児サークルなどにヨガ講師を無償にて派遣いたします。(ただし、交通費は実費となります。)

ご希望の親子ヨガ(ベビー&産後ヨガ、キッズ&ママヨガ(未就園児)、親子ヨガ(未就学児以上))

お話タイム(ヨガ的育児法のお話や地域の情報交換など)

開催時間 : 約 2 時間

