

■ひばりヶ丘クラス■2017年4～6月

クラス名	開催日	時間	料金	内容
ハグヨガ (抱っこヨガ)	4月26日(水) 5月17日・31日(水)	9:40-10:25	1,000円	抱っこひもを使った ヨガです。
産後ヨガ (ママヨガ)	6月14日・28日(水)	10:40-11:50	1,000円	お子さま連れでご参加頂ける、 マタニティ&産後の女性の身 体ケアを目的としたヨガです。



【アクセス】

新座市栗原5-2-15 栗原ふれあいの家(2階和室)
ひばりヶ丘駅 北口徒歩8分ほど

指導者養成講座開講中!!

- 6月2日 抱っこケアラー
 - 6月9日 ハグヨガアドバイザー
 - 6月～7月各インストラクター養成講座
- 全ての講座、お子様連れで資格取得できます♪



お申し込みはホームページ <http://aromamayoga.web.fc2.com/> 【aromamma】 or 【ハグヨガ】で検索!!