

# あいあい♡キッズヨガ～にこにこクラブ～

**2024年 10月16日 (水)**

**11月13日 (水)**

**12月11日 (水)**

**2025年 1月15日 (水)**

**2月12日 (水)**

**3月12日 (水)**

場所：神戸元町ちどい保育園 1F ひだまり

対象：未就園児(0～2歳)親子

定員：6組(先着順)

※毎回、参加できる方

動きやすい服装と、水分補給のご用意をお願いします



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  
あるヨガのポーズなども教えてくだ  
さいます。

ヨガで、リラックスタイムを一緒に  
楽しみましょう!

ご興味のある方は、お問い合わせく  
ださい。



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

申込連絡先

神戸元町ちどい保育園 TEL:078-341-5580