

健やかな心と体の成長に必要な「親子のスキンシップとコミュニケーション」

おやこヨガを通じて自然なスキンシップをしませんか。

おしゃべりもして、ココロもカラダもリフレッシュ!

おやこヨガ 宇品

お母さんの
体がかたくても、
お子さんが走り回っても
大丈夫です♪

気軽に参加
してください!

リラックス...

入金金
年会費
無料

参加者
随時
受付中

場 所

宇品公民館 3階 和室

活動日

第4木曜日 10時30分～11時30分

内 容

おやこヨガ、子育て情報交換

会 費

月1回 500円 + 会場費

持ち物

飲み物、バスタオル(又はヨガマット)
※運動しやすい服装でお越しください。

まずは一度、お試し気分で遊びに来てください

【お問合せ】 宇品公民館 082-253-2529