

# オンライン マタニティヨガ

※妊婦さんに人気の高い「マタニティヨガ」を毎月1回開催します♪  
瞑想など、ゆっくり自分と向き合う時間も妊婦さんには必要です。

と き: 7月18日(土)

10:30~11:30

定員: 10名程度(要申込)

参加費: 無料

講師: マタニティヨガインストラクター  
岩城理絵さん

※コロナの感染予防のため zoom を使ったオンラインでの  
マタニティヨガを開催します。(要予約)  
電話予約の時に zoom の説明や ID とパスワードをお伝えします (^\_^)

※電話にて申し込み受付中♪



【お問い合わせ・お申し込み】

NPO 法人

さめきつずコムシアター

子育て親育ちほっとスペース

コムコムひろば

丸亀市土器町東2丁目248

TEL / FAX 0877-25-0691

