

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： **12月19日(土)**
10:30~11:30

定 員： 3名程度+オンライン

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
マタニティヨガも同時に開催します。(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♪
(申込受付時間 9:30~15:30)

【お問い合わせ・お申し込み】

認定NPO 法人

さぬきっずコムシアター

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



HPはこちら

