

smile naturally



AYAKO

5/21(日)

10:00-11:00

要予約・先着 15 組



コスギアイハグ 芝生広場

## 親子ヨガ

3歳～6歳のお子さんとそのご家族が対象の親子ヨガです。  
親子で行うヨガは、一緒に触れ合い、笑い合いながら、  
親子の絆を育みます。気持ちを切り替えるための呼吸法の練習も。  
太陽の下で、大地の温もりを感じながら心も体もリフレッシュ！

### 担当インストラクター AYAKO

大手ヨガスタジオにて、産前産後ヨガを提供。現在はフリーのインストラクターそして保育士として勤めながら、親子の幸せのためのレッスンを多数開催中。

お申込みはこちらから



\*定員に達し次第  
締め切らせていただきます

会場：武蔵小杉 KOSUGI IHUG アイハグ広場（神奈川県川崎市中原区小杉町 3-24-10）

参加費：親子 1 組（大人 1 名、子ども 1 名）2,000 円 1 名追加あたり +500 円（当日現金払い）

定員：先着順 15 組

持ち物：水分

\*ピクニックシートは提供いたします。

\*動きやすい服装でお越しください。

プロカメラマンによる無料写真撮影つき  
(LINE 登録が必要になります)

お問い合わせ：event.cradle@gmail.com

主催：産前産後ケアセンター Vitalité House / 一般社団法人クレイドル