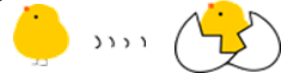


# ベビー&キッズ スタジオ教室



## ベビーヨガリズムミック I

ママと赤ちゃんが一緒に楽しみながら、赤ちゃんに無理のない形でヨガのポーズをとらせませす。リズムに合わせて楽しみ、ママも産後の体に無理のない程度に一緒に体を動かします。身体感覚を育て、便秘の緩和やバランス感覚の育成、情緒安定等に効果的とされています。英語&リズムミックを融合した内容もやります！

## ベビーマッサージ&サイン

赤ちゃんとおふれあいながら、楽しく幸せなスキンシップ&コミュニケーションをとり、赤ちゃんとの絆を深めます。赤ちゃんは、安心してリラックスし、心や身体の発育も促されます。皮膚を強くし、免疫力・抵抗力を高めます。リズムミック&サインも覚えていきます♪

ベビーマッサージ&サインを受講する際は、オイルが必要です。ホホバオイルまたは他植物性100%のキャリアオイルをご用意ください。お持ちでない方は、教室初回時に講師にお伝えください。講師より販売いたします。

100ml 1,800円(1回目にオイルチェックをします。お子様に合わない場合は返金いたします)

## ママの骨盤エクササイズ&親子ヨガリズムミック

産後ママの骨盤調整・エクササイズを通してキレイなからだを作りましょう☆またお子さんの体へも働きかけ、ヨガを含むポーズやリズム遊び・音楽に合わせて体を動かすことを通し、ママとお子さんがおふれあいながら一体となって楽しみ、精神的充足、リズム感覚の育成、柔軟性に富んだ身体作りや体力の向上、ストレス発散など、心と体を育み健康の保持増進、そして活力を養います♪

教室名	曜日	時間	講師	場所	定員	受講料	申請期間
ベビーヨガリズムミック I	木	10:10~11:10	野村 希久子	スタジオ	20	¥5,500	裏面を確認 ください
ベビーマッサージ&サイン	木	11:15~12:15		スタジオ	21	¥5,500	
ママの骨盤エクササイズ&親子ヨガリズムミック	金	13:30~14:30		スタジオ	20	¥5,500	

### ベビーヨガリズムミック・ベビーマッサージ&サイン 2コマ続けての受講をおすすめします♪

ヨガで身体を動かし、たっぷりママと楽しんだ後に優しくマッサージを受けると赤ちゃんは穏やかな心になり、ゆっくりと深く眠ります。胃腸や呼吸器系への働きかけにもより効果があり、リラックスし精神状態が安定します。

#### ベビーヨガリズムミック I ベビーマッサージ&サイン

第1回	9月8日	第6回	11月10日
第2回	9月15日	第7回	11月17日
第3回	9月29日	第8回	11月24日
第4回	10月20日	第9回	12月1日
第5回	10月27日	第10回	12月8日

#### ママの骨盤エクササイズ&親子ヨガリズムミック

第1回	9月9日	第6回	11月11日
第2回	9月16日	第7回	11月18日
第3回	9月30日	第8回	11月25日
第4回	10月21日	第9回	12月2日
第5回	11月4日	第10回	12月9日

対象 ★ベビーヨガリズムミック I

首すわり期~よちよち歩き

★ベビーマッサージ&サイン

生後1か月~よちよち歩き

★ママの骨盤エクササイズ&親子ヨガリズムミック

たっち期~3歳(未就園児)

※申込みについては  
裏面へ

※申込は市内在住・在学・在勤の方が優先となりますが、市外の方も申請して頂けます。  
また、教室時にマスクの着用が義務化になる場合がございます。

#### ☆インターネット申請の場合

- ・二次元コードを読み込むまたは、URLを入力してアクセスしてください。
- ・ホームページからも申請することができます。
- ・表示された内容に沿って必要事項(名前・連絡先・メールアドレスなど)を入力してください。
- ・申請が完了すると完了メールが届きます。  
メールが届かない場合、申請が正常に完了していない可能性があります。
- ・申請の際、ロボット操作ではない事確かめるために画像選択が出る場合がございます、正しく選択し申請を完了していただきますよう、ご協力をお願いします。

#### ◇窓口申請の場合

- ・窓口で教室申請の申し出をお願いします。
  - ・申請書の記入をしてください。
  - ・申請書をスタッフに渡して完了です。
- ※申請する教室に間違いがないか必ず確認してください。  
申請期間:7/25～8/7  
申請期間中にインターネットまたは窓口で申請をしてください。

#### 【抽選日及び当選者発表方法】

抽選日:8/10(11:00)

抽選終了後、エコハウスのホームページ・施設内掲示板に当選者のニックネームを記載します。  
各自でご確認をお願いします。  
※お電話での当選確認は原則しておりません。

#### 【申込みについて】

支払い期間:8/10(11:00)～8/25 時間:10:00～20:00 ※休館日は除く

当選された方は、支払い期間中に施設窓口で申込みをお願いします。

※支払い期間中に申込みをされなかった場合はキャンセル扱いとします。

・抽選にならなかった教室は8/10(11:00～)より先着順にて申込みが可能です。

・抽選になった教室は8/26以降で空きがあれば先着順にて申込みが可能です。

※抽選となった教室はキャンセル待ちを各教室10名とります。



←インターネット申請はこちらを  
読み込んでください

URLの入力はこちら⇒ <https://forms.gle/p3zqY2Tw1SedvrPq7>