

NEW

赤ちゃんが泣きやむ・ママ&グランマも楽になる♪

全
3
回

抱っこのためのカラダと心のエクササイズ

—入門編—

お子さん・お孫さんの抱っこで困っていませんか？

充実した毎日のために抱っこが楽になる簡単体操でカラダをつくり、泣かれても疲れない・楽になる気持ちをデザインするエッセンス講座です。



日時 10/21・11/18・12/1
(水) 10:15~12:00

受講料 2,160円 (月1回)

講師 よし ゆうこ

(一般社団法人マインドデザイン協会
認定講師/助産師)

つなぐ
COOP
SAPPORO

ソシア文化教室(ソシア3F)011-572-3616