

Petit Pas



子育てママのリラックスタイム！ 心とからだをときほぐす子育てサロンを開催します



Baby Massage ベビーマッサージ

【講師】中本緑さん ママの手パパの手主宰

○ベビーマッサージ・ファーストサイン講師

【レッスンの特徴】ママの手パパの手のレッスンは少人数で丁寧なレッスンを心がけています。また、オイルを使った本格的なベビーマッサージで、赤ちゃんだけでなく、ママもその肌の感触や赤ちゃんの表情に癒される、ゆったりとした時間を過ごしてもらえるレッスンです。

【参加費】2,200 円(消費税別) 【時間】10:30~12:30

【開講日】7/26(木)、8/23(木)、9/14(金)、10/12(金)

Aroma Yoga アロマヨガ

【講師】伊勢佳弥子さん aromamma 主宰

○ベビーマッサージ協会認定 ママのソフトヨガ・ベビーヨガインストラクター
○アロマ環境協会認定 アロマセラピーアドバイザー

【レッスンの特徴】

産後のママの運動不足解消とリラックスを目的としたヨガクラスです。

アロマの香りに癒されながら、骨盤調整やインナーマッスルに効果的なポーズでリラックスタイムをお過ごしください。

【持ち物】ヨガマット(レンタルはご相談ください)

【参加費】1,800 円(消費税別) 【時間】10:30~12:30

【開講日】7/30(月)、8/31(金) 9/21(金) 10/17(水)



- 各レッスン:月 1 回開講します。
- 最小開催人数は 4 名とさせていただきます。
- プティパ子育てサロンは、託児付きです。レッスン中は、託児サポーターがお子様を見守ります。

会場

志木ふれあいプラザ
東武東上線志木駅前
フォーシーズンズ志木 8階
〒353-0004
埼玉県志木市本町 5-26-1



「Petit pas(プティパ)」は、埼玉県志木市を拠点に活動する子育て・家族応援サービスステーションです。子育て家族が自分らしく輝き、ゆるやかにつながる相互支援・交流の場を一緒に創っていきませんか?

一般社団法人 プティパ

子育てをもっと楽しい時間に。自分らしく輝く暮らしに。

■相談 ■ピアサポート ■サロン ■セミナー ■イベント

【電話】048-423-6702 (月~金 9:00~5:00)

【メール】info@petitpas-saitama.org

【ホームページ】<http://www.petitpas-saitama.org>