

親子ヨガ



利き手や無理な姿勢で子どもを抱くことの多い保護者の身体のゆがみや体幹バランスを整えて心身のリフレッシュをしてもらえたら嬉しいです。
親子で出来るプログラムでスキンシップと愛着をサポートします。
一緒にたのしみましょう！

