

# オンライン マタニティヨガ

※妊婦さんに人気の高い「マタニティヨガ」を毎月1回開催します♪  
瞑想など、ゆっくり自分と向き合う時間も妊婦さんには必要です。

と き： **8月22日(土)**  
**10:30~11:30**

定 員： 3名程度+オンライン      参加費： 無料

講 師： マタニティヨガインストラクター  
**岩城理絵さん**

※ コロナの感染予防のため  
zoomを使ったオンラインでの  
マタニティヨガを開催します。(要予約)  
電話予約の時に zoomの説明やIDと  
パスワードをお伝えします(^ ^)

※電話にて申し込み受付中♪

【お問い合わせ・お申し込み】

NPO法人

さぬきっずコムシアター

子育て親育ちほっとスペース

コムコムひろば

丸亀市土器町東2丁目248

TEL / FAX 0877-25-0691



HPはこちら

