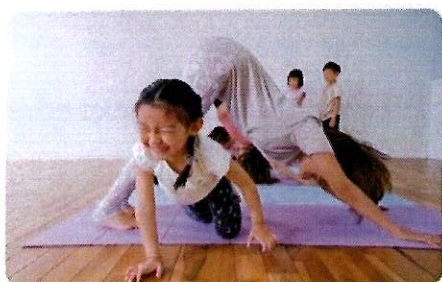


姿勢が変わる！運動神経UP！

こども 姿勢ヨガ

10/1,22 木
16:20-17:00

｜ 場所 ｜
相模原市チームオレンジサポートセンター
相模原市中央区清新5-3-1



ヨガポーズ、運動神経トレーニング、感覚遊びなど…日常では行わない身体の動きを取り入れ子供の可能性を広げて行きます。



柔軟性・集中力UP！
疲れにくく怪我をしない身体作りをしてきます。
すべてのスポーツの土台づくりになります。



チャレンジしてできた！という経験が子どもたちの自信と自己肯定感を伸ばします。
小さなお子様は保護者の方のご参加もOKです。

対象年齢 3歳～小学校低学年

参加費 初回無料

持ち物 ヨガマット（バスタオル）、飲み物

主催：山本友里恵

理学療法士、子どもヨガインストラクター

お申込、問い合わせは
公式LINEより「ヨガ」とご連絡ください



Kids Fine