赤ちゃんのための

フィットネス講座2010

～ベビービクス&ママヨガ～

「語りかけ・笑顔・タッチ」で
赤ちゃんとママの幸せな時間を過ごそう！

■日　時

9/30(木)・11/19(金)

10:00～11:30

■会　場

ぴゅあ峡南

■対　象

生後４ヶ月～２歳未満の子どもと母親２０組
（妊娠13週以降の妊婦を含む）

■持ち物

ヨガマットまたはバスタオル、運動のできる服装

■講　師

田中　夕起子さん
（JMFA認定ベビービクスインストラクター）

■当日のプログラム■

10:00	受付
10:15	ベビービクス
10:45	授乳・おむつ替え
11:00	ママヨガ（託児付）
11:30	解散

参加無料

主催・申し込み　　山梨県立男女共同参画推進センターぴゅあ峡南
〒409-2305　南巨摩郡南部町内船 9353-2　TEL:0556-64-4777　FAX:0556-64-4700
E-mail:danjo-c@yamanashi-bunka.or.jp

ベビービクスとは…

　産婦人科と小児科の先生が作った、
赤ちゃんへのベビーマッサージと
発達段階に応じたベビーエクササイズの
コンビネーションプログラムです。
　スキンシップの語りかけは、
親子の絆を強め、愛情と信頼関係を深めます。

「赤ちゃんのためのフィットネス講座２０１０」申込書

氏名(母　親)＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

氏名(子ども)＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿年齢＿＿＿＿＿歳

住所＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

※託児を希望される方は、お子さんの名前・年齢をご記入下さい。

ふりがな
名前＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿年齢＿＿＿＿＿歳

このままＦＡＸして下さい
ＦＡＸ：0556-64-4700