

ほいくえんレオラでベビーヨガの体験ができます！

保育園探しを
されているママ！

自粛期間中の運動不足
を解消したいママ！



お子様と触れ合いながら
リフレッシュしたいママ！

お子様とのスキンシップを楽しみながらエクササイズしませんか？

「ベビーヨガ」とは？

赤ちゃんと一緒にできるヨガのことです。
赤ちゃんには、バランス感覚や身体の可動域を高める効果があり、ママには産後緩んだ骨盤低筋群を鍛えながら運動不足の解消が出来ます！通常のヨガのような難しいポーズは一切なく、簡単な動きをするので初めての方でも参加しやすい内容となっています！

「スキンシップ」で赤ちゃんとの絆が深まる！

赤ちゃんが成長する上でママとのスキンシップはとても大切なことです。
赤ちゃんをマッサージしたり、話しかけ、触れながらカラダを動かしていくのでお子様とのコミュニケーションも自然と充実していきます。

「ママ同士」交流して楽しくみんなで子育てを！

お子様の年齢が近い方と嬉しいことも悩んでいることもシェアして、カラダだけでなく心もリフレッシュしていきます。私たちは、参加いただくママがママらしく子育てできるようサポートしていきます。

8/10(火)
~13(金)

1日3組限定！

お気軽にご参加ください！

時間 10:00~10:30 定員 1日3組まで
場所 保育園レオラ 費用 500円
対象 0歳6か月~2歳児

申込方法

お電話 / InstagramのDM / HPからメールで応募
のいずれかの方法でお申込みください！

持ち物

ヨガ後のお子様のお着替え
お子様のお出かけセット(オムツなど)

締切 2021年8月6日(金)

ヨガ後のクールダウンも兼ねて簡単なお茶会も開催します！
日頃の子育てのお悩みや育児あるある等を他のママさんや
保育士とお話して、身も心もリフレッシュしましょう！

参加していただいた方にはヨガ後のお茶会で
クロワッサンラスクをご用意があります！



プレミアムクロワッサン専門店「三」
プレミアムクロワッサン ラスク

お問合せ

企業主導型保育事業

保育園レオラ

〒542-0064 大阪市中央区上汐2丁目5-18 HYSビル3F

TEL : 06-6777-8883

ホームページ



メール



電話



Instagram

