

講座番号

25

講座名

親子でリトミック&ふれあいマッサージ

日時

10/7 10/21 11/18 12/2 12/16 1/6 1/20
2/3 2/17 3/3(5北) (月) 10:00~11:00

場所

カラット活動室 4(北) 北館 3階

回数

10回

定員

10組

講師名

佐藤幸子

赤ちゃんとの絆をさらに深めつつ
ママたちのコミュニケーションの場を
作ります。

また0歳からできるリトミックで
五感を刺激します



生後2か月くらいから1歳くらいまでのお子さん対象です

講座内容

赤ちゃんの下半身マッサージとおうたでリトミック

赤ちゃんの上半身マッサージと音楽に合わせてリトミック

赤ちゃんの背面マッサージと軽い運動でのリトミック

全身マッサージと楽器を使ったリトミック

全身マッサージと音楽遊び など



プロフィール

・バレエエクササイズ、ピラティス、天空大河
ベビーマッサージ、運動健康指導
インストラクター歴 10年
とよあけ市民大学「ひまわり」講師

食べ歩き、ドライブが大好きな佐藤です！
気さくに話しかけてもらえたら喜びます♪

受講料

8,000円

教材費

0円

持ち物

大きめのバスタオル
あればヨガマット、飲み物
タオル