

親子 de 運動遊び

9月30日(火) 10:00 ~ 11:00

★講師をお招きして親子でできる運動遊びを企画しました！

<対象> 8ヶ月ごろから2歳未満

<内容> **乳児期に必要な体の基礎作り・土台作り**をテーマに、親子で楽しめる運動遊びを行います。また、おうちでも役立つベビーマッサージも伝授します（オイルは使用しません）

<場所> めぐみ保育園 0歳児室にて

<持ち物> 水筒・汗ふきタオル

<定員> 6名

<申し込み方法>

・めぐみ保育園に電話にて申し込みをお願いします。

お子様のお名前・年齢、一緒に参加される保護者のお名前を
お知らせください。

<連絡先> 03-5944-9791

<TEL 受付時間> 9:30~16:30

<締め切り> **9月19日(金) まで**



巧技台の一例です

一般社団法人 彩フィットネス団 代表理事 田村真理子

【プロフィール】

日本幼児健康体育協会の池田意都子に師事。ベビーマッサージ、ボクシング・ピラティスなどのスキルを習得 幼児・小学生スポーツ教室を開校
『ハイブリッド・ボクシング®』『ハイブリッド・コア®』考案 養成コース開講
コロナ禍で一念発起。全ての世代にフィットネスを身近なものにしたい思いに駆られて、彩フィットネス団を発足

田村 真理子 先生

