

三橋総合公園 ベビーママヨガ教室



～赤ちゃん和妈妈が「ヨガ」を通じてスキンシップをしながら一緒に楽しむ教室です～
初心者でも 身体がかたくても大丈夫！
お子さんと一緒に身体と心をリフレッシュしませんか



【日 時】 令和8年1月15日～3月19日までの毎週木曜日
《全10回》

【時 間】 10:30～11:30

【対象者】 生後3ヶ月から1歳までのお子様とその保護者

【定 員】 10組20人 ※応募多数の場合は抽選

【参加費】 8,000円

【申込み方法】

(公財)さいたま市公園緑地協会ホームページ応募フォームにて受付をします。

さいたま公園ナビ <https://www.sgp.or.jp/event-calendar>

(申込事項)

- ①氏名(保護者・お子様) ②住所 ③電話番号
④年齢および月齢(保護者・お子様) ⑤メールアドレス

【申込期間】 12月1日(月)～12月10日(水)



～ベビーママヨガのメリットとは～

- ① 健康な身体づくり
- ② ママと赤ちゃんの絆を深める
- ③ リラックス効果

※個人情報の取扱いについて 教室等の申し込みに係る個人情報については、目的外の利用はいたしません。
取扱いは適正に行い、ご本人の同意なく第三者へ開示提供することはありません。(法令等により要求された場合を除きます)
当協会の個人情報保護方針は下記のアドレスからご確認ください。 <https://www.sgp.or.jp/about/private.htm>

公益財団法人 さいたま市公園緑地協会
三橋総合公園 〒331-0052 西区三橋5-190
TEL 048-623-0505 Fax 048-623-1313
ホームページ <https://www.sgp.or.jp/>

