

# 5月 BABY 親子クラス

0歳さん 10:00～ / 1～3歳 11:00 (50分間)

各回 ¥3,000(税込)/組

初回無料!

プレパパママさん ¥1,000(税込)/組

ヨガ 10:30～12:00 ¥1,000(税込)/組

- |           |              |
|-----------|--------------|
| (M) マッサージ | (和) 和みメソッド   |
| (食) 食育    | (Y) YOGA(ヨガ) |

※ アレルギーがご心配な方は事前にお知らせください。

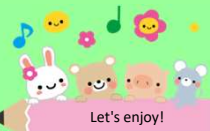
16 (木)

(M) **マッサージ**  
ハイハイ&立ちに向けて  
「手のひら、足裏マッサージ♪」

歩けるようになったら  
「親子で楽しくマッサージ」

毎日気軽にできるマッサージを  
お伝えします。

(和) **和みメソッド**



## 体験 受付中

お申込: メール、又はTEL(少人数制につき先着順)

### 【ナーサリークラス】

通常母子分離のクラスに親子一緒に入室体験！  
お子様の自分でできる喜びに共感し、五感を刺激する感覚、  
自立を育む「和みメソッド」を体感して頂けます。

- ・わかばクラス(0歳児): 2018年4月2日～2019年4月1日生  
※ご入室は自立歩行ができ満1歳になられてからです。
- ・たまごクラス(1歳児): 2017年4月2日～2018年4月1日生
- ・ひよこクラス(2歳児): 2016年4月2日～2017年4月1日生

### 【アフタークラス】

寺子屋クラスの体験は保護者の方も一緒に♪  
ご希望曜日をお知らせください。

## ファミリーレッスン

ファミリーレッスンでは、パパママこそできる！  
「今」の働きかけが、お子さまの能力を、  
身体の動かし方を開花させるには？  
あなたの想像を超えるお子さまの成長スピード。  
どうしてそうなるの、もういや、  
パパママだって泣きたい、そんな時もあります。  
理由がわかれば、毎日楽しい変化の連続に。

時間: 50分

個別相談: ¥5,000/ グループ相談 ¥3,000(税込)

(Y) (和)

30(木) **ママのためのリフレッシュヨガ**

毎日の子育てに一生懸命なママのためのヨガ。  
カチコチになった体をほぐしたり、ゆるんだところ  
を引きしめたり、楽器に合わせて歌うヨガを楽し  
んだり。  
ママや赤ちゃんみんなで、心から温まりましょう。  
ヨガがはじめての方も、体が硬い方も、運動が  
苦手な方も、どなたでも♪

10:30～12:00 ・動きやすい服装  
・水分(必要な方)

※ヨガの日は開催時間が異なります、ご注意ください  
※ヨガ1時間+和みメソッド・ご質問30分



渡部 愛/Ai 先生

1976年滋賀県生、京都市在住。  
1998年、ヨガに出会う。  
2012年より、ヨガの指導を始める。  
ヨガ、呼吸法、瞑想、哲学、アーユ  
ルヴェーダ、歌うヨガ、インド音楽、  
整体など幅広く学びながら、ヨガの  
思想が自然に伝わるような場づく  
りを中心に活動している。

ヨガスタジオFIVE ELEMENTS主宰

## BABY親子クラス お申込方法

【お電話】 075-279-3008  
(平日9:00-18:00)

【メール】  
ホームページのお問合せよりメール  
(24Hいつでも)

ご予約完了時、メールが届きます。  
uniovo-kodomomori.com



少人数制のクラスです。  
準備の都合上、ご予約をお願いしております。  
当日ご参加希望の場合は、まずは  
お電話ください。  
ご協力ありがとうございます♪

