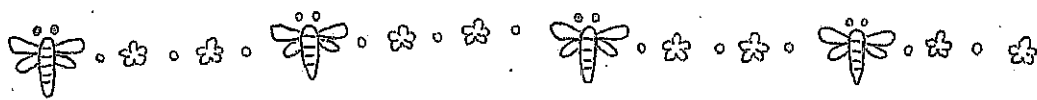


ママの日

ハッピーママだより



9/28(月) "フラ体験で体を動かそう"

Luff Aloha (ラフ アロハ) インストラクター

後藤 希実 さん

ハワイの伝統文化であるフラを教えているママさんにフラの
基本ステップを教えてもらいます♡

また、子育ての合間にできる簡単な体の動かし方や体の
姿勢も習いたいと思っています。

※ 動きやすい服装でお越し下さい。

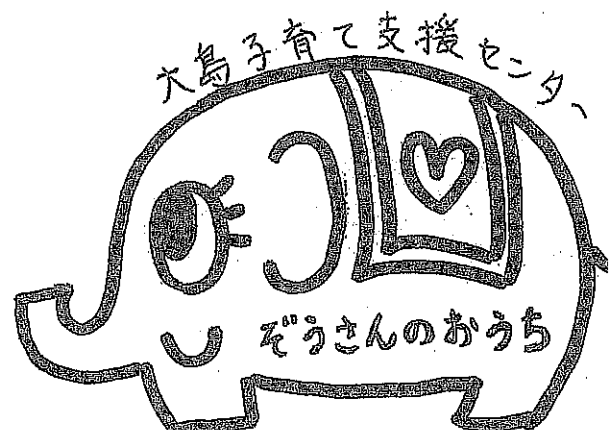
※ 裸足で活動することになります。

※ 水分補給できる物をご持参下さい。(ママ用とお子さん用)

<時間> 10:00 - 11:30

<場所> ぞうさんのおうち

<予約> 9/24(木)までに
予約して下さい。



TEL 090-4659-4694