ママパパ体験型
はじめての赤ちゃん体幹教室

夜泣きがひどい・向き癖がある・離乳食をたべてくれない‥
その他、お母さん、お父さんお悩みはありませんか？

みんなで赤ちゃんのことを学び解決していきましょう！

露木由美　赤ちゃん体幹メソッド

4児の母
子育てに不安を抱えるママ達に伝え、
のべ5200名を超える受講者がいる体幹トレーナー

著者【「体幹」を沿整えると素直に育つ】

【プログラム】
- アイスブレイク
- 講師紹介
- 体幹が大切な理由
- ママたちの姿勢チェック＆改善
- 身体の使い方に影響する肩の位置を正しくする
- 赤ちゃんの成長と体幹
- 発育発達過程とその過程を飛ばすことのリスク
- 正しい発達のチェックポイント
- 赤ちゃんの正しい姿勢とは？
- 正しい姿勢を阻害する反り返りの予防法
- おくるみの使い方
- 赤ちゃんの体幹を鍛える抱っこの仕方
- 成長を阻害するもの
- 個別相談会

6月19日（土）10:00～12:30
アルゴスポーツ宮前平2階

先　着:　10組
料　金:　1組3,850円（税込）
持ち物:　動きやすい服装・飲み物・あればおくるみ

赤ちゃん体幹トレーナー
菊地さより

赤ちゃん体幹トレーナー
吉田あゆみ

※ママ、パパ、赤ちゃん、おじいちゃん、おばあちゃんまでご家族で参加できます。
※ママ・パパだけの参加や、マタニティの方、2、3歳のお子様がいらっしゃる方もご参加いただけます。
※保育士、助産師、トレーナーの方もご参加いただけます。

お電話でご予約承ります。

アルゴスポーツ宮前平　044-855-5501

宮前平駅から徒歩10分・駐車場有