

プレママパパ向け マタニティヨガ

予約制

日時

2026年4月11日(土)
10:00~11:00(60分)

対象

妊娠16週以降で、体調の安定している方
(主治医に事前に確認をお願いします。)

講師

ヨガインストラクター ゆかさん

持ち物

ハンドタオル、お水
母子手帳、保険証、診察券など
ヨガマット(ない方は申し込み時にお知らせください)

定員

5組 お申し込み開始:3月2日~先着順
(電話か直接来所にて)

参加費
無料

パパも一緒に参加OK!



経産婦さんもお子さんと一緒に参加OK

名古屋市熱田区子育て応援拠点えがお

Instagram



〒456-0057 名古屋市熱田区五番町6-9
052-355-6220 (9:00~15:00 火・日・祝はお休み)