

# ベビーヨガ

5月24日(水曜日)



足の裏を合わせてトントンパツパツ  
リズムに合わせて足をぶらぶら～もしたよ。



ママも抱っこをしながら  
体をひねってストレッチです☆

7月27日(木曜日)



ママの足の上に乗って  
飛行機みたいにブーンブーン♪



抱っこをしながらのスクワット!  
ママも鍛えられますね☆

