浦安市青少年交流活動センター　うら・らめ～る主催

「子連れヨガ講座」

令和６年６月１１日、２名の方が参加し、「子連れヨガ講座」を開催しました。
＜和やかな雰囲気のなか、ママは体のメンテナンスに集中してヨガを楽しみました。＞

参加者の声
☆深呼吸することもなかなかないので、とても良いリラックスタイムです。