

# 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7年2月25日、2名の方が参加し、「子連れヨガ講座」を開催しました。  
＜研修室でお子さんと一緒にヨガ☆身体をしっかりとのばしてメンテナンス完了！＞



### 参加者の声

子育てで自分をいたわる機会がないので、  
リフレッシュできました。

