

B A B Y

大藤学園
子育て支援特別企画



Y O G A



感想

- ・安心してヨガができました！またやってほしいです。
- ・産後こんなにゆったり時間久しぶりに嬉しかったです。保育士さんたちも子どもをみてくれたので、安心して参加できました。奥先生の雰囲気と声もおちついて心地良かったです♡
- ・徐々にヨガの時間をとることができました。体をほぐすと、心身ともにすっきりするのでまたぜひ参加したいです。お家でもゆっくり子どもと向き合う時間をとりたいなと思いました。
- ・自分の体のことを考える時間がないため、今回参加できて楽しんで体を動かすことができて良かったです。家でもやってみたいです。