

親子で楽しみませんか！

# ママとベビーの

# ダンスクラス

ママのストレッチ  
親子でダンス  
親子で手遊び



産後ママの身体ケア  
運動不足解消・ストレス発散  
親子のスキンシップ・体形維持  
子供の運動能力向上  
子育ての情報交換

**持ち物**：汗拭きタオル・飲物・ヨガマット（又はバスタオル）  
運動しやすい服装でご参加下さい。

**10月31日(月)・11月21日(月)・12月19日(月)**

**午前10時～11時(10分前より受付します。)**

★対象：0歳～未就園児とママ…定員10組

★場所：北蒲広場1階多目的室(蒲田2-10-1)

- ・京急本線梅屋敷駅下車…西口より徒歩約5分
- ・京急本線京急蒲田駅下車…西口より徒歩約10分
- ・JR・東急蒲田駅下車…東口より徒歩約15分
- ・蒲田駅東口又は大森東口より京急バス蒲田1丁目下車…徒歩約5分
- ・セブンイレブン蒲田2丁目東邦医大通り店右側を直進する

★参加費：600円(保険料込)

★電話・メール・Lineにてお申込み下さい。



講師：長谷恵梨子先生(Groovy Dance Company 主宰)

モダンダンスからジャズダンス、クラシックバレエ、タップダンス、ストリートダンスと学び、NYへダンス留学。帰国後は舞踏でのルーマニア公演、自作プロデュースでのフランス公演など活動の場を広げる。元・尚美ミュージックカレッジ専門学校ダンス学科 講師(担当：ジャズ、モダンダンス)芝居・ミュージカル・ショー・イベント・企業CMなど出演、振付作品多数。二男一女を子育て中。現在、アレクサンダーテクニークプロコース教師。

主催：NPO 法人スマイルかまた

～スポーツ&カルチャークラブ～



問合せ…[info@smile-kamata.com](mailto:info@smile-kamata.com)

090-1817-7399(渡邊)

後援：(一社)おおたスポーツコミッション

※総合型地域スポーツクラブ保険に加入しています。



ホームページ



Facebook



Line