

ママと赤ちゃんをもっと笑顔に健やかに GYMNA 子育て支援教室 GYMNA BEBE! プレスタート!!!

GYMNA×BEBE (ジムナ・ベベ) は、ママ同士でワイワイ♪
悩みも相談もできる気兼ねなく話せる空間で
プロから教わる体型リカバリーエクササイズ♪
心と体のストレス発散しましょう!
「知っててよかった」子育てに必要な正しい知識も学べます!

4月からプレスタート!
ママと赤ちゃんのリフレッシュの時間
ぜひジムナダンススタジオに遊びにいらしてください♪

子育てを楽しむためには、まずはママが元気で、イキイキしてなくちゃ!

子育てを楽しむためには、赤ちゃんはもちろん
ママも元気&キレイでイキイキが一番!

4月より
スタート!

BEBE

GYMNA×BEBE

ママと赤ちゃんのためのワクワク運動教室
産後ママのボディケア&ベビーエクササイズ

4/4 (水)

第1回

【レッスン会場】

ジムナ・前橋スタジオ

群馬県前橋市下川町31-11
(前橋南モール近隣)

【費用】1,000円 (5月までキャンペーン価格)

0-1歳児 ひよこクラス

ママと一緒にハイハイ赤ちゃんクラス

① 10:00~11:00

1-2歳児 きりんクラス

ママと一緒にヨチヨチ赤ちゃんクラス

② 11:30~12:30

2-6歳児 ゾウさんクラス

ママとお友達と一緒に体をたくさん動かそう♪

③ 13:00~14:00

持ち物: タオル (床に敷くため)
動きやすい服

第2回

5/7

第3回~

6月から
毎週1回

6月から本格レッスン
として開始予定。
詳細はホームページ等
でご確認いただけます。

GYMNA×BEBE (ジムナ・ベベ) は
ママ同士でワイワイ♪気兼ねなく話せる空間で、
プロから教わる体型リカバリーエクササイズ♪
心と体のストレス発散しましょう!

詳しい内容
お問合せは
HPまたは

☎027-289-5705

☎講師
直通 090-3046-7752

gymna@jp.bigplanet.com

保育園・幼稚園
イオン高岡でも
開催しています!

出張レッスン開催中♪

依頼のご相談承ります!



講師 神尾 直子

日本体育協会公認エアロビクス上級コーチ
JKFA エグゼクティブディレクター

私立共栄学園高等部 (群馬県) 出身。
自身の育児経験から、ママと赤ちゃんのためのエクササイズを考案。
今現在全国に普及している産後ケア・ベビーエクササイズの第一人者。
高崎保育専門学校での講師を20年間務める。「産科婦人科副出展 佐藤麻
院」「産科婦人科副出展 産科婦人科副出展 ビスタル」にてマタニティ・
ベビーピクスを指導。その他、競技エアロビクス、キッドピクス (子供の
エアロビクス)、ヒップホップなどの普及に努める。

SPORTS AEROBIC HIPHOP BREAKIN' JAZZ KID'S DANCE

ジムナ・ダンススタジオ

ジムナ

一般社団法人
日本子どもフィットネス協会認定クラブ

GYMNA DANCE STUDIO

http://ap-gymna.com

◇第1回◇ 4月4日 (水)

10:00~11:00 ひよこクラス
対象: ママと一緒に♪0~1歳のハイハイ赤ちゃん

11:30~12:30 きりんクラス
対象: ママと一緒に♪1~2歳のよちよち赤ちゃん

13:00~14:00 ゾウさんクラス
対象: ママと一緒に体をたくさん動かそう! 2~6歳児

◇第2回◇ 5月10日 (木)

◇第3回◇ 6月より毎週1回で本格スタート☆

講師: GYMNA 代表 神尾直子
日本子どもフィットネス協会 エグゼクティブディレクター
日本体育協会公認 上級エアロビクスコーチ

場所: GYMNA 前橋スタジオ (前橋市下川町31-11)

参加費: ¥1000 (5月までのキャンペーン価格)

【問い合わせ・申込み】

GYMNA 前橋スタジオ 電話 027-289-5705

メール gymna@jp.bigplanet.com

神尾携帯 090-3046-7752

HP 問い合わせフォームやフェイスブックからもお申し込みを受け付けております。