

「ママカレッジ」顔ヨガ



★お子さんに毎日笑顔で向き合ってますか？

むくみを取って小顔に、笑顔で幸せホルモンを作りましょう！

自宅で毎日できる顔ヨガの講座です。

10月の講座のご案内

対 象 子育て中のママ（赤ちゃんも一緒にどうぞ）

内 容 顔ヨガインストラクター 酒井綾

日 時 10月16日（火）AM11:00～12:00

場 所 練馬区旭町 1-31-4
楽膳倶楽部旭町ハウス

参加費 300円

主 催 NPO楽膳倶楽部

<http://www.rakuzenkurabu.jp>

申 込 TEL 03-6915-6300

メール rakuzen@tokyo.nifty.jp



★ご希望の方は1階でお食事ができます。

お申し込み時にお申し出ください。（500円）

