

体幹を育む運動遊びWARAリズム®

「WARAリズム®」とは??

わらべうたのリズムに合わせて親子で触れ合いながら
体を動かす運動遊びです。

首すわり前から発達段階に合わせた遊びのバリエーションが
豊富なのが魅力です。



日 時 ① 2月18日(水) 午前10:30 ~ 11:20
② 2月19日(木) 午前10:30 ~ 11:20

対 象 ① 0歳の乳児と保護者
※ あかちゃんの運動能力を発達させるための
0歳からの体幹エクササイズ『WARAリズム®』

② 1歳以上の幼児と保護者
※ ヨチヨチさんからの遊びながら体幹を育む
運動発達プログラム『どうぶつ体操』

場 所 あすなろ児童館 プレイルーム

定 員 各10組 *申込順

講 師 原 愉美子 さん・栗原 久美子さん
(WARAリズム® アドバイザー)

持ち物 タオル、飲み物
※動きやすい服装でお越しください。

申込み 2月2日(月)~16日(月)



電話または直接児童館へ
あすなろ児童館 TEL: 042 - 557 - 7766

