

母と子のバランスボールダンス

講師の蟹澤佳奈先生(カニちゃん先生)☆



バランスボールで楽しく弾みながら体力回復を目指します！
抱っこされたお子さんもリズムに合わせて心地よい揺れを楽しんでいました。
そして、先生が準備したハロウィンのカチューシャが更に気分を盛り上げます♪
最後はお母さん同士向き合っって気持ちを伝え合う時間がありました。
心も体も回復できるステキな講習会でした☆



参加された親子のみなさん お疲れ様でした! カニちゃん先生 ありがとうございます♡