

ママ&ベビー 2026年度 第1期

～ ヨガ・ピラティス ～

参加者募集のお知らせ



ママとベビーのふれあいを…

ピラティスで、妊娠、出産を経て起きた骨盤周りのダメージをリカバリー。

ヨガで、育児への心の不安を解消。

そんな産後に心身を整え回復へ導くヨガ・ピラティスをしてみませんか。

主催 公益財団法人福山市スポーツ協会

後援 エフエムふくやま

日程 2026年（令和8年）

① 6月4日・② 11日・③ 18日・

④ 25日・⑤ 7月2日

※全5回 いずれも木曜日

時間 午前10時～午前11時

場所 福山通運ローズアリーナ 2階多目的スペース2

対象 生後1ヶ月～ハイハイ前の赤ちゃんとその母親（2人1組）

※赤ちゃんの年齢は、開始初日を基準とします。

※妊娠されている方は、受講できません。

定員 20組 ※先着（9組以下の場合は不開講）

参加費 1組6,000円 ※全5回分

講師 （株）オフィスプロスタジオ

持参物 動きやすい服装・水分補給用の飲み物・バスタオル

申込み 5月8日（金）～22日（金）「福山市スポーツ協会教室等申込システム

（Web申込）」で先着順

※支払い期間内に支払いをされない場合は、キャンセルとなります。

全5回



◎主催／問合せ先 公益財団法人福山市スポーツ協会

〒720-0804 福山市緑町2番2号 福山通運ローズアリーナ

TEL084-927-9912/FAX084-927-9913

裏面もご覧ください ⇒

注意事項

- 納められた会費は、正当な理由なく返金することはできません。
- 教室の様子を撮影し、福山市スポーツ協会のホームページや SNS に掲載する場合があることをご了承ください。掲載を希望されない場合は、スポーツ協会事務局までご連絡をお願いします。

その他

- 期間中の傷害については、市民活動総合補償保険の対応とし、主催者はその責任を負いません。
- 参加申込みをされた方の個人情報については、ご本人との連絡以外に、事前の同意なく、第三者への開示はいたしません。