

ママヨガ教室のご案内

赤ちゃんの肌に直接触れ、リラックスしながら
親子で心と体のコミュニケーションをとりたい方に
おすすめです



対 象 : 1ヶ月検診後のママ＆ベビー

内 容 : 前半はベビーマッサージ
後半はママの骨盤ケア・肩こり解消等の
ヨガ&ストレッチになります

日 程 : 毎週月曜日 ※祝日・休診日は開催なし

時 間 : 11:10～12:10

参加費 : 当院にてご出産された方 1,000円/回
その他の方 2,000円/回

用意するもの : 動きやすい服装、タオル、飲み物

その他 : 託児はありません
キャンセルは3日前までとし、それ以降は
全額お支払いいただきます
最小開催人数(3名)に達しない場合は中止と
させていただきます