

あなたも一緒にはじめませんか Maternity Yoga



- 対象 妊娠 15 週以降で、妊娠経過が順調な方
逆子などの場合は医師の許可を得てからご参加下さい
小さなお子様連れのご参加はご遠慮下さい
- 費用 1,000 円 / 1 回 (ゆりかご助産院でお産される方は 500 円)
- 日時 毎月 第 2・4 木曜日 予約制【毎回 8 名程度】
受付：AM10:00～ 終了予定：AM11:30
講師らの都合により、変更となる場合がございます
- 服装 体を動かせる動きやすい服装 原則として裸足
- 持ち物 母子手帳 タオル バスタオル (またはヨガマット)
- 講師 山本 淳子 (助産師)
日本マタニティ・ヨガ協会認定インストラクター
協会 HP <http://home.att.ne.jp/gold/mata/>
母乳・育児相談室 Mamma Mama (瑞穂市)
- 会場 ゆりかご助産院
〒504-0847 各務原市蘇原大島町 1-49
<http://www.yurikago-j.com/>
- ご予約・お問い合わせ
メール または 電話にて ゆりかご助産院まで
メールはホームページからも送信できます
e-mail yoko@yurikago-j.com
TEL 058-371-5155

