



マタニティヨガ

Maternity Yoga

開催日時

月1回（第1火曜日） 14:00～15:15まで
（13:30より受付開始。13:45までにはお越しください。）

対象

妊娠15週から（当院通院中の妊婦さまのみ）

【ご参加いただけない方】

医師の許可がない方、切迫流早産などの治療適応となった方、
医師から安静の指示がある方

費用

400円（税込） ベルフレンドクラブ会員価格

※ベルフレンドクラブ会員ではない方は、800円（税込）となります。
ベルフレンドクラブについては受付にお問い合わせください。

持ち物

- 動きやすい服装（ジャージなどで足首がでないもの）
 - 靴下着用の場合は5本指のもの
 - タオル ● 飲み物 ● 母子手帳
- ※室内用シューズは不要です。

ご予約方法

お電話（TEL:0566-76-8311）または、受付にお声がけください

※予約制となります。人数制限がございますのでお早めにご予約ください。