

～ヨガのご案内～

日 時 : 7月5日・12日・19日・26日(水)

1部 13:00～14:30

2部 15:00～16:30

場 所 : 当クリニック 多目的ホール

講 師 : ゆるぎ かおり

(当院看護師・マタニティヨガインストラクター)

金 額 : 初回は無料(チケットご利用ください)

2回目からは500円

参加条件 : 16週以降の妊婦さんで医師の許可が必要
(前もっての診察で許可をもらってください)

定 員 : 6名

持ち物 : 母子手帳 バスタオル

❖ヨガマット、お茶はご用意しています

❖参加ご希望の方はスタッフにお声かけください