

～ヨガのご案内～

日時： 11月1日・8日・15日・22日・29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）

きた かずこ（当院助産師）

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