

6月7日(火)スタート

ママと赤ちゃんの産後ケア

ママはヨガを行い、赤ちゃんはベビーマッサージを行い産後のケアを行います。この時期しか楽しめない赤ちゃんとの時間を楽しみましょう！

日時

6月7日(火)～6月21日(火) 全3回

11:35～12:35 4F スタジオBにて

対象

産後2カ月及び帝王切開での産後3カ月～
歩行を始めるまでの赤ちゃんとその母親

料金

会員：6,400円(税込) 一般：7,500円(税込)

※令和4年度災害補償制度未加入者別途100円必要

定員

10組 (最少開催組数1組)

講師

イムタ

ミホコ

藺牟田

美穂子

インストラクター

申込方法

5月31日(火)11:35に4FスタジオBにて行います。
その時点で最少開催人数に達している場合のみ開催とし、その場で受付となります。※5月31日に来れない方はスタッフにお伝えください。

シティスポーツクラブ尼崎WOODY

尼崎市南武庫之荘1-37-1

TEL 06-6436-1730 FAX 06-6436-7700

火～土 9:00～22:00 日・祝 9:00～19:00

月曜・年末年始休館

