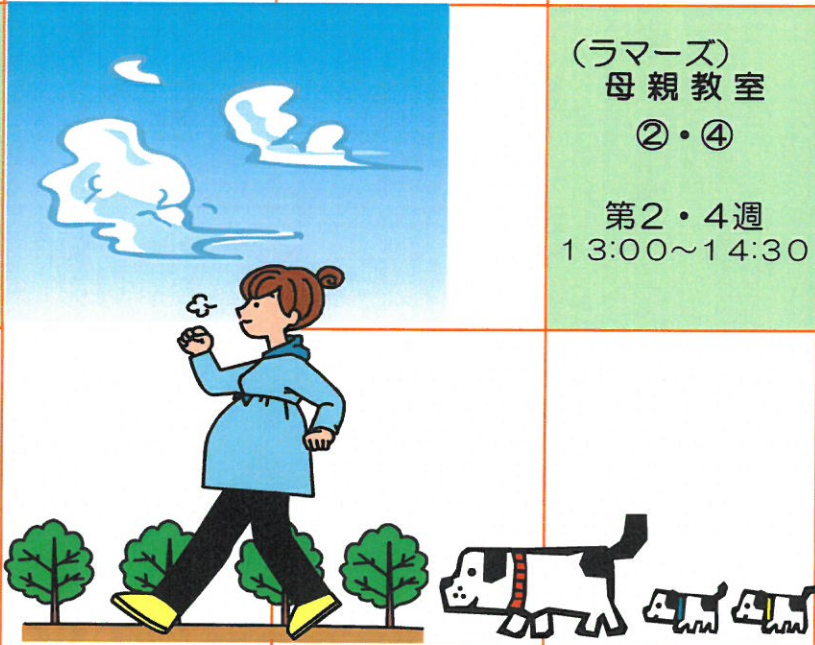


スタジオタイムスケジュール

月	火	水	木	金
	ママフィットⅠ (ヨガ) 対象：産後6週目～ 18ヶ月までの方 10:15～11:15		ママフィットⅡ (エアロビクス) 対象：産後6週目～ 24ヶ月までの方 10:15～11:15	
	メディカルチェック 11:00～ <hr/> マタニティヨガ 対象：16週～ 11:30～12:30		メディカルチェック 11:00～ <hr/> マタニティ フィットネス 対象：16週～ 11:30～12:30	
母親教室 ① 第1週 13:00～15:00			(ラマーズ) 母親教室 ②・④ 第2・4週 13:00～14:30	母親教室 ③ 第1週：経産婦 第3週：初産婦 13:00～15:00

- ※ 時間や内容等、変更になる場合がございますので、お問い合わせください。
- ※ 祝祭日はお休みです。内容や詳細については職員までお問い合わせください。
- ※ 事前に予約が必要となります。
- ※ 当院で通院、出産される方を対象とします。