



Maternity Yoga

マタニティ ヨガ教室

呼吸を大切にし、妊婦さんも無理なく取り組めるプログラムになっています。
安産に向けた心と体を緩めながら、赤ちゃんとの「今」を感じる優しい時間を過ごしましょう。

場 所

秦野市保健福祉センター 2階 健康学習室

開催日時

13:30～14:30（受付13:15～）

※開催日はアクアベルクリニック公式サイトよりご確認ください。

※日程により講師が異なります。



料 金

800円／回

持ち物

母子手帳、タオル、水分、
動きやすい服装

ご予約方法

お電話または受付窓口にてご予約ください。

★参加には「教室参加承諾書」の提出が必要です。

医師に確認し、ご記入のうえ提出してください。

「教室参加承諾書」は公式サイトよりダウンロードできます。

