

オンライン

2021年3月より始めました！

UKIUKIWAIWAI



エクササイズ



次回 ママヨガ

4/23 (金)

予約受付開始しました！

定員

午前・午後 3 組ずつ

要予約制

オンライン開催



時間 : 午前 10:00-12:00 、 午後 14:00-16:00 (受付 15 分前～)

講師 : 戸田中央産院 助産師または看護師

社団法人日本マタニティフィットネス協会認定インストラクター

内容 : ベビービクス + ママフィット or ママヨガ

対象 : 生後 1 ヶ月健診後から 5 か月までのママと赤ちゃん

参加費 : 無料

～ご案内～

- ・予約確認後、自動送信メールで ZOOM の ID とパスワードを送信します。届くよう設定の確認をお願いします。
- ・開催日は現在不定期のため、産院 HP よりご確認ください。
- ・予約画面に注意事項がありますので、必ずお読みいただき予約された時点で同意されたものとします。



戸田中央産院