

マタニティー ヨガ Maternity YOGA

～マタニティーライフを1秒でも快適に～



日 時 : 毎週金曜日 13:00～14:00

場 所 : アイケービル2階の会議室
(いわくらこどもクリニックのビルです)

参 加 費 : 2,000円

持 ち 物 : フェイスタオル、飲み物(水分補給用)

服 装 : 動きやすい服装でお越しください♡

予約方法 : 完全予約制のため、岩倉病院の予約システムより
ご予約ください

岩倉病院の患者さん限定の『少人数グループレッスン』です

16週以降の妊婦さんがご参加いただけます

- ・ヨガマット完備
- ・ヨガのあとは、ハーブティーを飲みながらおしゃべりしましょう



@IWAKURABYOUIN

岩倉病院のインスタでも
紹介しています

インストラクター ともこ
RYT200
マタニティーヨガ
チャイルドボディセラピスト1級