



7月スケジュール表 I' Opera

Maternity Fitness Salon&Relaxation in TAKARAZUKA Terrace



日	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
				バランスボール エクササイズ 10:30-11:30	ソフロロジークラス 10:30-12:00 (2000円)	
5	6	7	8	9	10	11
		ベビーダンス 10:30-11:30 ベビーピラティス 13:00-14:00 マタニティヨガ 14:30-15:30		バランスボール エクササイズ 10:30-11:30	ソフロロジークラス 10:30-12:00 (2000円)	
12	13	14	15	16	17	18
		MUSICクラス 10:30-11:30 ベビーピラティス 13:00-14:00 マタニティヨガ 14:30-15:30		プレママクラス① 9:00~10:00 電話予約のみ バランスボール エクササイズ 10:30-11:30 プレママクラス② 13:30~14:30 電話予約のみ	ソフロロジークラス 10:30-12:00 (2000円)	育児クラス 14:00~16:00 電話予約のみ
19	20	21	22	23	24	25
		ベビーダンス 10:30-11:30 ベビーピラティス 13:00-14:00 マタニティヨガ 14:30-15:30	ベビーマッサージ 10:30-11:30	バランスボール エクササイズ 休講	ソフロロジークラス 休講	
26	27	28	29	30	31	
		MUSICクラス 10:30-11:30 ベビーピラティス 13:00-14:00 マタニティヨガ 14:30-15:30		バランスボール エクササイズ 10:30-11:30	ソフロロジークラス 10:30-12:00 (2000円)	

他院通院中の妊婦さんで参加ご希望の方は、当院の医師による診察が必要です。その際、検診代が別途かかります。(初期登録料は必要ありません)
産後のクラスにつきましては、対象のお子様を他院で出産された場合は初期登録料(5100円)をお願い致します。

※お子様同伴でのクラス参加はご遠慮ください。

※予定表の内容は一部変更することがあります。

※各クラスのご予約、変更、キャンセルはフロント窓口・お電話で受付けています。

電話でのご予約、お問い合わせはTEL: 0797-83-1188(診療時間内をお願いします)