

アフタービクス

きれいなお母さんでいたい！！

お産で歪んだ「骨盤」、緩んだ「骨盤低筋群」を
締める周辺の筋肉のストレッチを
専門講師のアドバイスでいきいき美しく！！



9月29日(木)

PM1:30~2:15

電話予約で先着 10 名です

予約受付⇒9月14日(水) PM1:00~

連絡先⇒072-255-5400



講師 白藤あかね

日本マタニティービクス協会認定
アフタービクスインストラクター

ベビーカーでお越しの際は、所定の位置に置いていただきますよう
ご協力お願いいたします。

北花田こども園
072-255-5400