

骨盤底筋群を健やかに!!

アフタービクス

産後 もいきいき!!

すてきなお母さんでいたい!!

お産で歪んだ「骨盤」の調整、緩んだ「骨盤底筋群」周辺筋肉のストレッチを今、しておきましょう！
専門講師のアドバイスでいきいき美しく。



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

新型コロナウイルス感染防止の為
5組限定といたします。

8月25日(木)

PM1:30~2:15

電話予約にて。(先着**5名**です)

予約受付⇒**8月10日(水) PM1:00**より

連絡先⇒**072-255-5400**