

骨盤底筋群を健やかに!!

アフタービクス

産後

もいきいき!!

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。

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。

3月はお休みです!



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

2月16日(木)

PM1:30~2:15

電話予約にて。(先着5名です)

予約受付⇒2月2日(木) PM1:00より

連絡先⇒072-255-5400