

アフタービクス

産後ママのための骨盤ストレッチ

産後だからこそ体型が変えられるチャンスです！！

肩こり・腰痛等の関節痛や尿漏れ改善にも効果的ですよ！！

専門講師のアドバイスでいつまでも健やかに美しく

講師 白藤あかね

日本マタニティービクス協会認定

インストラクター

6月26日 (木)

PM1:30~2:15

ご予約は随時承っております。

(先着 **6**名様)

TEL **072-255-5400**

北花田こども園

今年度の予定

★毎月第4木曜日

★時間：13:30~14:15

6月26日(木)	7月24日(木)
8月28日(木)	9月25日(木)
10月23日(木)	11月27日(木)
12月18日(木)	1月22日(木)
2月26日(木)	

※3月はお休みです※

こちらの公式ラインより
北花田こども園の地域事業の
日程がご覧いただけます



北花田こども園公式 LINE