

助産院 KADA よりお知らせ
バランスボール教室を開催します

- < 開催日 > 7月14日・28日(木) 8月25日(木)
9月15日・29日(木) 10月13日・27日(木)
- < 時間 > 10:00 ~ 11:00
- < 場所 > マミーローズクリニック内ハーモニールーム
- < 費用 > 1回 ¥1,100 (税込)
- < 持ち物 > 汗拭きタオル、水分(水・お茶など)
運動しやすい服装でお越しください
- < 特徴 > ベビーシッターさんがいますが、お子様も参加頂けます
- < 申込み > 助産院 KADA ラインメンバーの方はラインへ連絡下さい。
- < 参加者 > 友人・実母さんのご参加もお待ちしています

インストラクター 櫻井見奈(ミーナ)先生

心と身体のバランスを整え、リフレッシュすることで自己免疫機能を高めましょう。