

YOGA CLASS

産後2ヶ月以降のママが
対象！



マタニティヨガ



ママヨガ with ベビー

- 【場所】 鶴川市民センター和室（町田市大蔵町1981-4／駐車場あり）
- 【内容】 2部開催（① マタニティヨガ / ② ママヨガ with ベビー）
- 【持ち物】 ヨガマット、タオル、お飲み物（+ベビーの敷物・おもちゃ）
- 【服装】 動きやすい服装（近くにお手洗いがあるので着替えも可能）
- 【料金】 各回 1,000円（税別）
※他院分娩の方は 1,500円（税別）

▼お問合せ・ご予約はこちら

公式LINE



予約サイト

開催日の確認もこちらから可能です



※クリニックでのお電話によるお問合せ・ご予約は受け付けておりません

< ヨガ講師 >

- ・2020年自身の妊娠中にマタニティヨガを受講しヨガを再開
 - ・2022年teacher training final試験合格→成城チャラ認定講師となる
 - ・その後、都内各所にてマタニティ&産後ヨガクラスの講師として活躍
- 妊娠中から産後の女性、働く男性、高齢者など幅広い年代にヨガの素晴らしさを教えている

