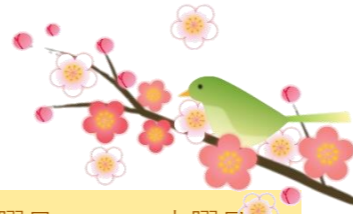




# 3月の講座ご案内



## 開講中の教室・イベント

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1 ♥マニティヨガ ♥産後ヨガ 中期両親学級	2
3 ★よもぎ蒸し	4 ★よもぎ蒸し	5 ★よもぎ蒸し	6 ★よもぎ蒸し	7 ★よもぎ蒸し	8 ★よもぎ蒸し	9
10 ★よもぎ蒸し	11 ★よもぎ蒸し *わらべうた ベビマ教室と おもちゃサロン	12 ★よもぎ蒸し	13 ★よもぎ蒸し	14 ★よもぎ蒸し ♥マニティヨガ ♥産後ヨガ ◆ボディジュエリー	15	16
17 ★よもぎ蒸し	18 ★よもぎ蒸し	19 ★よもぎ蒸し ★リトミック	20 ★よもぎ蒸し	21 ★よもぎ蒸し ◆タッチケア	22 後期両親学級	23
24	25	26 ★よもぎ蒸し	27 ★よもぎ蒸し ◆離乳食講座 ◆産後体操	28	29	30

## 両親学級教室(※要予約)

- \*日時：第1・4土曜日 13:00 ~ 16:00  
◇中期 20週~32週の方を対象(第1土曜日)  
◇後期 32週以降の方を対象(第4土曜日)
- \*定員：7~8組
- \*場所：3F セミナールームにて行います
- \*持ち物：母子手帳・HELLO BABYテキスト・軽装  
(↑再発行300円)

♥マニティヨガ 初回体験費 ¥500  
第1・3金曜日  
10:30~11:30 ¥1,000  
♥産後ヨガ 初回体験費 ¥500  
第1・3金曜日  
11:45~12:45 ¥1,000

\*ベリーダンス

※今月は休講になります。

◆産後体操  
第4水曜日  
10:00~11:00 ¥1,000

◆離乳食講座  
第4水曜日  
12:00~13:00 ¥500

◆マニティボディジュエリーペイント  
第3金曜日  
13:00~14:00  
14:00~15:00 ¥4,000~

◆オリジナルのマニティキーリング  
作成できます♪  
イニシャル ¥2,680  
予定日 ¥2,980

\*受付に見本が置いてあります。  
お気軽にお問い合わせください☆



★おくるみタッチケア  
第4金曜日 11:30~  
¥3,000

\*わらべうたベビーマッサージ教室  
とよもちゃサロン  
毎月第2火曜日  
10:30~11:30 ¥10,000  
※初回体験費は¥1,000です(¥2,500x全4回コース)

★ご入会された方にはもれなく  
\*CD付テキスト本、  
\*木のおもちゃ「ならべっこ」  
(¥4,000相当)をプレゼント!

★よもぎ蒸し  
月・火・水・金曜日  
10:00~、11:30~、13:30~  
(各時間帯お一人様ずつご予約制)  
初回 ¥2,500 2回目以降 ¥3,000  
50~60分(よもぎ蒸し自体は20~30分程です)

★アロマトリートメント  
※詳しくは受付までお問い合わせください!

★ベビーリトミック  
第3火曜日  
10:00~10:40 ¥1,000

※ご予約は5日前までにお電話、または受付にてお申し出ください。  
日程は急遽変更になる場合がございますのでご容赦くださいませ。

森本産婦人科クリニック  
TEL: 078-786-1103



\*ベリーダンス

◆ヘアゴムの  
\*ベリーダンスワークショップ

(3名様以上からの開講になります)

3月日(火)

10:00~11:00 ￥1,000

(50分レッスン+休憩あり)

★よもぎ蒸し

♪ベビーダンス

♪マタニティフラ♪マタニティフラダンス

♪ベビーダンス (3名様以上からの開講になります)

(3名様以上からの開講になります) 12月19日(水) 14:00~14:50

12月19日(水) 13:00~13:50

各 ￥1,500

※今月のみ第3水曜

♪マタニティフラダンス  
※今月は休講になります。

♪ベビーダンス  
※今月は休講になります。

✿ポフポフヘアゴムのワークショップ♪

7月9日(月) 10:00~12:00

7月18日(水) 10:00~12:00

(※飲み物&お茶菓子付き)

￥500

