



10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 ★よもぎ蒸し	2 ★よもぎ蒸し	3	4 ★よもぎ蒸し	5 中期両親学級
6 ★よもぎ蒸し	7	8 ★よもぎ蒸し ★ベビーサイン	9 ★よもぎ蒸し	10	11 ★よもぎ蒸し	12
13	14	15 ★よもぎ蒸し ★ベビートミック	16 ★よもぎ蒸し	17	18 ♥マタニティヨガ ♥産後ヨガ ★よもぎ蒸し	19
20 ★よもぎ蒸し	21	22 ★よもぎ蒸し 産後体操 離乳食講座	23 ★よもぎ蒸し	24	25 ★よもぎ蒸し ◆タッチケア	26 後期両親学級
27 ★よもぎ蒸し	28	29 ★よもぎ蒸し	30 ★よもぎ蒸し	31		

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

*ベビーサイン教室
毎月第2火曜日
10:30~11:30 ¥2,160×全9回コース
(3回分ずつ¥6,480前納)
※初回のみ教材費¥5,000かかります。
対象:おすわりできる頃~1歳半ぐらいまで

産後体操 第4水曜日
10:00~11:00 ¥1,000
*持ち物:軽装、タオル、飲み物

★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)
50~60分(よもぎ蒸し自体は20~30分程です)
¥2,500

産後体操 (森永乳業) 第4水曜日
13:00~14:00 (5ヶ月頃)
14:00~15:00 (6ヶ月~11ヶ月頃)
¥500
定員:4組
*持ち物:エプロン、筆記用具(×モモ)
タオルハンカチ、抱っこ紐等

★おくるみタッチケア 第4金曜日
11:30~12:30 ¥3,000
持ち物:大きめのバスタオル2枚
対象:マタニティー期から生後2か月頃まで

★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。

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:4~5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)

◆ヘアゴムの
*ペリデーダンス

(3名様以上からの開講になります)
3月日(火) 10:00~11:00
ペリデー教室とおもちゃサロン
¥1,000
(50分レッスン+休憩あり)

*ペリデーダンス

※今月は休講になります。

♪マタニティフラダンス

(3名様以上からの開講になります)
♪ベビーダンス
(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

♥マニティヨガ ★リトミック
♥産後ヨガ 各 ¥1,500

★よもぎ蒸し ※今月のみ第3水曜

◆マタニティボディジュエリー作り
第3金曜日
13:00~14:00

※今月は休講になります。

♪ベビーダンス
¥4,000
※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

*わらべうたベビーマッサージ教室
とおもちゃ

毎月第2火曜日
10:30~11:30 ¥
※初回体験費は¥1,000です(¥2,500)

★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

◆オリジナルのマタニティキーリング
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☆



