

Maternity Huladance マタニティ フラダンス

初めての方でも気軽に踊れるフラ。
ハワイアンミュージックの癒し効果で
心も身体もリフレッシュしてみませんか？
ご興味のある方は受付まで！

 参加費用 1回 500円

 開催予定日(月2回・月曜日)
10:00~11:30

2月 9・16日

3月 2・16日

4月 6・20日

5月 11・18日

6月 1・15日

対象

- 1)当院で妊婦健診を受診し、妊娠15週以降の方
- 2)単胎妊娠で現在の妊娠が正常で、かつ既往の妊娠に早産や反復する流産がない方

持ち物 母子手帳
診察券
飲み物
汗拭きタオル

動きやすい服装で来てください。
裸足でのレッスンです。
寒い方はレッグウォーマーやレギンスなど
持参してください。

