

心も体も健やかに
お産のためのからだづくり
してみませんか？



マタニティフィット



- ・音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう♡
- ・初めての方でも安心して参加できます♡



実施日：毎週金曜日

料金：1回 1,000円

時間：10:00~11:00

場所：多目的室

対象：妊娠16週~分娩まで

※医師の診察を受けて妊娠の経過が順調であることを
確認してからのスタートになります。

※興味のある方はお気軽にスタッフにご相談下さい。

※運動後は当院自慢のレストラン
でホッと一息していきませんか？
ドリンクサービス付き



ご予約・お申し込みの方は来院時又は下記にお電話下さい。



080-3141-3361

担当 佐々木