

パークベルクリニック 教室スケジュール ※H27年9月～

❖ 各教室予約制です。受付またはお電話でお申し込みください。Tel.0532-56-0020 (※託児をご利用の方は予約が必要です。)

※受付は**直接多目的ホールへ**お越しください。

※ベルフレンドクラブの会員様は通常600円の教室は会員価格300円で受講していただけます
通常1200円の教室は会員価格600円で受講していただけます



		月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日		
午 前	教室	ベビービクス&産後ヨガ 10:30~11:30 【定員:15名】			母乳育児クラス 10:00~11:30 【定員:8名】						母親教室【前期】【後期】 10:00~12:00 【定員:15人】			産後ヨガクラス 10:00~11:00 【定員:15名】					
		対象	開催	料金	対象	開催	料金				対象	開催	料金	対象	開催	料金			
		生後1か月~6か月までの赤ちゃんとママ	第1,3,5週	600円	妊娠30週~	第1~4週 第5週休講	無料				前期(15~27週くらいまで)	第1,3週	無料	生後1か月~6か月までの赤ちゃんとママ	第4週	600円			
		生後7か月~1歳までの赤ちゃんとママ	第2,4週	600円	◎持ち物; 母子手帳、筆記用具						◎持ち物; 母子手帳、筆記用具			◎持ち物; 母子手帳、バスタオル、フェイスタオル、ミルク、オムツ 動きやすい服装でお越しください ※助産師が担当させていただきます					
◎持ち物; 母子手帳、バスタオル、フェイスタオル、ミルク、オムツ 動きやすい服装でお越しください ※授乳・離乳食はレッスン開始の 30分前まで にお済ませください。			◎持ち物; 母子手帳、筆記用具			◎初産の方は、後期は必ずご参加下さい													
午 後	教室	マタニティヨガ 13:30~14:30 【定員:15名】						ベビーマッサージ(ひよこ組) 13:30~14:30 【定員:5組】			マタニティビクス 13:30~14:30 【定員:15名】			DADクラス 14:00~16:30 【定員:6組】					
		対象	開催	料金				対象	開催	料金	対象	開催	料金	対象	開催	料金			
		妊娠16週くらいから	第1,3週	600円				生後2ヶ月~10ヶ月の赤ちゃんとママ	毎週	全4コース 5400円 (オイル付き)	妊娠16週頃~妊娠中	毎週	600円	妊娠30週以降	第1~4週 第5週休講	1200円			
		◎持ち物; 母子手帳、タオル、水分 動きやすい服装でお越し下さい ※助産師が担当させていただきます						※詳細、お申込みは 受付までお問い合わせください。			◎持ち物; 母子手帳、タオル、室内履きシューズ、水分、動きやすい服装で15分前までに (メディカルチェックあり) ※インストラクターが担当させていただきます			◎持ち物; 母子手帳、筆記用具 動きやすい服装でお越し下さい					
						ベビーマッサージ(もも組) 15:00~16:00 【定員:10組】			アフタービクス 15:00~16:00 【定員:15名】										
						対象	開催	料金	対象	開催	料金								
						生後2ヶ月~10ヶ月の赤ちゃんとママ	第2週	600円	生後1ヶ月~1歳までの赤ちゃんとママ	毎週	600円								
						◎持ち物; 母子手帳、バスタオル、室内履きシューズ フェイスタオル、ミルク、オムツ 動きやすい服装でお越し下さい ※インストラクターが担当させていただきます													
						◎詳細、お申込みは 受付までお問い合わせください。													

母乳外来 ※予約制 お電話にてご予約ください