

白水レディースクリニック

ママもベビーも心地よい

だっことおんぶ講座

西日本の産婦人科では初の講座

- だっことおんぶの専門家がママと赤ちゃんにあった
抱っこひもの選び方、だっこおんぶの仕方など
ママと赤ちゃんが楽しめるだっこおんぶの仕方をレクチャーします！
- ・どんなだっこひも選べばいいの？
 - ・だっこで肩が痛い、腰が痛い。
 - ・持っているだっこひもの調整
 - ・動きはじめたからおんぶしてみたい。



&

ベビーママヨガクラス

2018年より始動
お楽しみに♪

- ・ママと赤ちゃんほどよく運動！
- ・だっこしてヨガのポーズ、音楽に合わせておどったり
- ・産後の骨盤、気になる体形対策
- ・赤ちゃんの発達を見守り、促す

毎月第1火曜日 11時～12時30分

場所 白水レディースクリニック 2階スタジオ
参加費 500円 (ママとベビーのハーブティ付)
定員 10組(予約制) ※2、3か月ころから1歳くらいまで

お持ちしていただくもの

バスタオル(ヨガマット)、タオル、赤ちゃん外出セット
動きやすい服でお越しください(着替えられても大丈夫です)



講師 松川直子

ヨガインストラクター、ベビーマッサージインストラクター
ベビーヨガインストラクター、だっことおんぶの専門家

ヨガ、ベビークラス講師歴15年 福岡佐賀長崎など
産前産後の心と体のケアを行っております。

※お問合せ・ご予約は受付・スタッフまで
お気軽にお問合せください