



ヨガストレッチレッスン

『妊娠力UP』

- * 骨盤内の血流が良くなり着床率が高まる
- * 骨盤周りの筋肉を柔らかくして、
卵管を広げる
- * 心身をリラックスさせることによって、
免疫力を高め、ホルモンバランスを整える



* 11月の予定 *

11月	1日(水)	11:00~11:40
11月	9日(木)	11:00~11:40
11月	14日(火)	14:00~14:40
11月	20日(月)	14:00~14:40
11月	24日(金)	14:00~14:40
11月	29日(水)	11:00~11:40

《参加費》 初回参加無料 (2回目以降500円)

《予約》 HPより事前にご予約ください。

《服装》 すい格好でご参加ください。

※ヨガマットは無料貸し出ししております。

木場公園トレーニングセンター

