



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



* 1月の予定 *

1月 8日(火)	14:00~14:50
1月 17日(木)	14:00~14:50
1月 25日(金)	14:00~14:50
1月 29日(火)	14:00~14:50

《参加費》 初回参加無料 (2回目以降500円)

《参加方法》 HPより事前にご予約の上、動きや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

