

パークベルクリニック 教室スケジュール ※H28年11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】 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 生後7か月~1歳までの赤ちゃんとママ 第2,4週 600円 ◎持ちもの;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下さい ※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。 ※インストラクターが担当させていただきます	母乳育児クラス 10:00~11:30 【定員:8名】 対象 開催 料金 妊娠30週~ 第1~4週 無料 第5週休講 ◎持ち物;母子手帳、筆記用具		母親教室【前期】【後期】 10:00~12:00 【定員:15人】 対象 開催 料金 前期(15~27週くらいまで) 第1,3週 無料 後期(28週以降) 第2,4週 無料 ◎持ちもの;母子手帳、筆記用具 ◎初産の方は、後期は必ずご参加下さい		DADクラス 14:00~16:30 【定員:6組】 対象 開催 料金 妊娠30週以降 毎週(第5週休講) 1200円 ◎持ちもの;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(ひよこ組) 13:30~14:30 【定員:5組】 対象 開催 料金 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)	マタニティビクス 13:30~14:30 【定員:15名】 対象 開催 料金 妊娠16週頃~妊娠中 毎週 600円 ◎持ちもの;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				
		ベビーマッサージ(もも組) 15:00~16:00 【定員:10組】 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 ◎詳細、お申込みは受付までお問い合わせください。	アフタービクス 15:00~16:00 【定員:15名】 対象 開催 料金 生後1ヶ月~1歳までの赤ちゃんとママ 毎週 600円 ◎持ちもの;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				
産後ケア 母乳外来 ※予約制 お電話にてご予約ください							