



## マタニティヨガ再開のお知らせ

「マタニティヨガを再開してほしい!!」と多くの声をいただき  
11月よりマタニティヨガを再開いたします  
十分な感染対策を行なった上で実施いたします

11月の実施日は、下記のとおりですので Web にて予約ください

●11月 2日月曜日

●11月12日木曜日

●11月30日月曜日

実施時間:10:00~11:30

実施場所:まつしまホール

対 象:当院で出産予定の14週以降の方

人 数:6名

参加費用:1,000円

担 当:インストラクター

感染症対策として下記の通り行い実施いたします

- ・検温をホールで行います
- ・開始前に、ご自身が使用するヨガマットの消毒を行います
- ・講師・利用者共にマスク着用で行います
- ・着替えは、1名ずつで行います

※託児サービスの利用はできませんのでご了承ください