

2025

9月のスクール予定表

●妊娠中のスクール		対象	予約	定員	参加費
母	ソフロロジー 院内またはzoom	妊娠13週以降	要	20名	無料
親	骨盤ケアクラス	妊娠13週以降	要	10名	無料
学	お産の流れ 院内またはzoom	妊娠28週以降	要	20名	無料
級	術前クラス 院内&zoom同時	妊娠28週以降	要	20名	無料
林	夫婦学級 (母学受講後がオススメ)	妊娠28週以降	要	8組	無料
人	ソフロぷらす交流会	妊娠16週以降	不要	なし	無料
人	マタニティヨガ	妊娠16週以降	要	15名	無料

●その他のスクール		対象	予約	定員	参加費
人	のぼりっ子ピクス 3~6ヵ月 / 7~12ヵ月	ママと赤ちゃん (生後3~12ヵ月)	要	10組	1,000円
人	リラックスヨガ【飲み物付き】	18歳以上の女性	要	15名	1,000円

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 ソフロロジー 14:00~15:30	3 マタニティヨガ 10:00~11:00	4	5	6 マタニティヨガ 10:00~11:00 ソフロぷらす交流会 11:10~11:40
7	8	9	10 マタニティヨガ 10:00~11:00	11 3-6ヵ月のぼりっ子ピクス 10:30~11:30 骨盤ケア 14:00~15:00	12 妊婦さん 受講OK	13 リラックスヨガ 10:00~11:00 夫婦学級 16:00~17:00
14	15 敬老 の日	16 お産の流れ 14:00~15:30	17 マタニティヨガ 10:00~11:00	18 7-12ヵ月のぼりっ子ピクス 10:30~11:30 術前クラス【院内・zoom】 14:00~15:30	19	20 マタニティヨガ 10:00~11:00 ソフロぷらす交流会 11:10~11:40
21	22	23 秋分の日	24 マタニティヨガ 10:00~11:00	25 zoom ソフロロジー 14:00~14:45 zoom お産の流れ 15:00~15:45	26 妊婦さん 受講OK	27 リラックスヨガ 10:00~11:00 夫婦学級 16:00~17:00
28	29	30	9/25院内での開催はありません。			