

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT	
2F	4F	2F	4F	2F	4F	2F	4F	2F	4F	2F	4F
2		3		4		5		6		7	
お正月休み										11:00	マタニティ&ゆるヨガ (ミナ)
										13:00	パパと一緒にベビマ
9		10		11		12		13		14	
休日		10:30	ベビーサイン ③			10:30	ベビーサイン ⑥	10:30	マタニティヨガ(行)託児あり	11:00	オイルマッサージ
		12:40	ピラティス	12:30	整体	12:45	Ma+By ヨガ	12:30	絵本とおもちゃサロン	13:00	オイルマッサージ
		13:40	プライベートピラティス	14:15	整体	14:30	子連れスクラップ	14:30	子連れスクラップ	14:45	木曜 ベビマ ①
										13:15	パワーヨガ
16		17		18		19		20		21	
10:30	ベビーサイン ④			10:30	整体師 骨盤調整ヨガ	10:30	英語クラブ	10:30	カメラ講座 ③	10:30	英語絵本講座
13:00	ベビーサイン体験	14:00	ファミリーアロマ講座	12:40	ピラティス	12:00	火曜 ベビマ①	12:45	Ma+By ヨガ	13:00	マタニティ かり教室・撮影
15:00	マタニティヨガ(ミナ)			13:40	プライベートピラティス	12:30	整体	14:30	スクラップサークル	13:00	マタニティヨガ(行)託児あり
										14:30	マタニティヨガ(行)託児あり
				14:30	ベビーセラピー①					13:00	インスパイリング ②
										14:30	インスパイリング ②
										14:45	ベビーマッサージ体験
										13:15	パワーヨガ
										14:45	ベビーヨガ ①
23		24		25		26		27		28	
10:15	スクラップサークル			10:30	整体師 骨盤調整ヨガ			10:30	ベビーサイン ②	10:30	ベビーサイン①
13:15	産後ヨガ(又木)	14:00	ファミリーアロマ講座	12:40	ピラティス	12:30	整体	12:45	Ma+By ヨガ	13:00	授乳撮影会
15:00	マタニティヨガ(又木)			13:40	プライベートピラティス	14:30	マタニティ講座 ①	14:30	子連れスクラップ	13:00	オイルマッサージ
										14:45	木曜 ベビマ ②
										13:15	パワーヨガ
										14:45	ベビーヨガ 体験
30		31		2/1		2/2					
10:15	スクラップサークル			10:30	整体師 骨盤調整ヨガ	10:30	英語クラブ	10:30	ベビーサイン ①	10:30	マタニティヨガ(行)託児あり
13:15	親子心理学講座 ① あったかココロ時間			12:40	ピラティス	12:00	火曜 ベビマ②	12:45	Ma+By ヨガ	13:00	インスパイリング ③
15:00	マタニティヨガ(又木)			13:40	プライベートピラティス	12:30	整体	14:30	子連れスクラップ	14:30	インスパイリング ③
				14:30	マタニティ インスパイリング					14:45	木曜 ベビマ ①
										<p>年末年始のお休み 12/28~1/6 の間お休みをいただきます。</p> <p>※お休みの間も予約システムは稼働しております。</p> <p>※毎月15日頃、翌月のスケジュール発表しています。</p>	

- ❖ 講座間の入れ替えは30分のゆとりを持たせています。
- ❖ ウォーターサーバーにてミルクを作る方は、スタッフにお気軽に声をかけてください。

<1月のTOPICS>

- ❖ 「パワーヨガ」「骨盤調整ヨガ」「ピラティス」「ベリーダンス」など見守り保育サービス有りの講座が増えました！
(スタッフ欠員時は入れませんのでその際はご了承ください。)
- ❖ 火曜日のピラティスにてマットピラティスをした後、お1人枠で「プライベートピラティス」(30分3000円)ができます。
- ❖ 「マタニティ&ゆるヨガ(土曜日)」 マタニティさんとパパにお子さんを預けての産後ママ向けのリラックスヨガです。
- ❖ 「親子心理学講座“あったかココロ時間”」が1/30(月)より隔週3回コースでスタートします。(初回記念価格2000円×3回、回数券2枚でも受講可能)
この親子心理学講座では、ママがリラックスして楽しみながら、お子さんとのあたたかい交流を育む「心理学」を学びます。

<お得な回数券について>

- お得な回数券をご用意しております。ぜひご利用ください。
- ・マタニティWELCOME チケット! 特別4回券 10,000円(1回2,500円 有効期限2カ月)
 - ・お得な回数券 4回券 10,800円(1回2,700円 有効期限2カ月)
 - ・さらにお得な回数券 10回券 25,000円(1回2,500円 有効期限6カ月)



お問い合わせ：03-5731-0098
 メール：info@mihikaru.com
 HP：http://www.mihikaru.com

助産師のいる子育てサロン&スタジオ
Ma+By's みひかるサロン