


2022 年 1 月 まつぼっくりスタジオ スケジュール

改訂版

	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
						元旦 
2	3	4	5	6	7	8
9:50受付→	休診日	親子ピラティス (1歳ぐらいまで)岡田	ZOOMまつぼっくりの会 生後4ヶ月まで	産後ポールストレッチ (1歳ぐらいまで)大塚	赤ちゃん和ゆったりヨガ (1歳ぐらいまで)大塚	ZOOMはじめよう赤ちゃんごはん (6ヶ月ぐらいまで)小川
13:50受付→		マタニティ ピラティス 岡田	出産直前 (一緒に産みましょう)	マタニティ ポールヨガ 大塚	妊娠中期 (お産とパースプラン)	子育て応援クラス
9	10	11	12	13	14	15
9:50受付→	成人の日	親子ピラティス (1歳ぐらいまで)岡田	ZOOMまつぼっくりの会 生後5~8ヶ月	ZOOM産後ストレッチ (1歳ぐらいまで)大塚	赤ちゃん和ゆったりヨガ (1歳ぐらいまで)大塚	産後ポールストレッチ (1歳ぐらいまで)大塚
13:50受付→		マタニティ ピラティス 岡田	出産直前 (一緒に産みましょう)	マタニティ ポールヨガ 大塚	ZOOMまつご広場 (妊婦さんとお母さん)大塚	妊娠前期 (心とからだづくり)
16	17	18	19	20	21	22
9:50受付→	ベビーマッサージ	親子ピラティス (1歳ぐらいまで)岡田	ZOOMまつぼっくりの会 生後9ヶ月~12ヶ月	産後ポールストレッチ (1歳ぐらいまで)大塚	赤ちゃん和ゆったりヨガ (1歳ぐらいまで)大塚	おやこで音あそび (1歳ぐらいまで)高谷
13:50受付→	妊娠後期 (赤ちゃんとおっぱい)	マタニティ ピラティス 岡田	出産直前 (一緒に産みましょう)	マタニティ ポールヨガ 大塚	ZOOMお母さん歯科医のお話 (我が子を虫歯から守る)	パパニティクラス 渡辺
23	24	25	26	27	28	29
9:50受付→	ベビーマッサージ	ZOOM産後ピラティス (1歳ぐらいまで)岡田	おやこで音あそび (1歳ぐらいまで)高谷	産後ポールストレッチ (1歳ぐらいまで)大塚	赤ちゃん和ゆったりヨガ (1歳ぐらいまで)大塚	経腹出産 (帝王切開)
13:50受付→	妊娠中期 (お産とパースプラン)	マタニティ ピラティス 岡田	出産直前 (一緒に産みましょう)	マタニティ ポールヨガ 大塚	妊娠後期 (赤ちゃんとおっぱい)	ZOOM松田母子クリニック ご案内会
30	31	<p>ZOOMご案内会はご自宅などからご利用いただけるオンラインの受講クラスです。</p> <p>スライドを使った院内見学など立ち合い出産をお考えのご夫婦はぜひお二人で受講してください。</p> <p>おやこで音あそびのクリスマスイベントがあります。</p>				
	ベビーマッサージ					
	妊娠前期 (心とからだづくり)					

