





2022年8月まつぼっくりスタジオ スケジュール

日 火 水 木 金 土

	1	2	3	4	5	6
10:00	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4か月まで	産後ポールストレッチ (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	
14:00	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	妊娠中期 (お産とパースプラン)	
	8	9	10	11	12	13
10:00	ベビーマッサージ	産後ポールストレッチ (1歳ぐらいまで) 大塚	ZOOMまつぼっくりの会 生後5~8か月		おやこで音あそび (1歳ぐらいまで) 高谷	ZOOM松田母子クリニック ご案内会
14:00	妊娠前期 (心とからだづくり)	マタニティ ポールヨガ 大塚	出産直前 (一緒に産みましょう)		まつのご広場 (1歳ぐらいまで) 大塚	
	15	16	17	18	19	20
10:00	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9~12か月	産後ポールストレッチ (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	
14:00	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	ZOOMお母さん歯科医のお話 (キレイな歯並び)	
	22	23	24	25	26	27
10:00	ベビーマッサージ	親子ピラティス (1歳ぐらいまで) 岡田	妊娠後期 (赤ちゃんとおっぱい)	産後ポールストレッチ (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	ZOOMはじめよう赤ちゃんごはん (6か月ぐらいまで)
14:00	経腹出産 (帝王切開)	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	妊娠前期 (心とからだづくり)	パパニティクラス 渡辺
	29	30	31	1	2	3
10:00	ベビーマッサージ	親子ピラティス (1歳ぐらいまで) 岡田	妊娠中期 (お産とパースプラン)			
14:00	孫育て応援クラス	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)			



まつのご広場がスタジオ開催になりました。
広場はお母さんが自由に話せるクラスです。