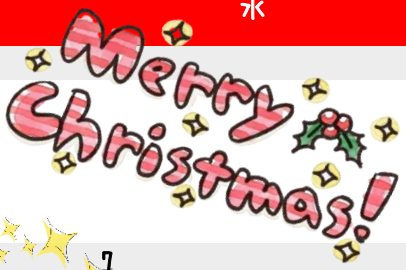


2022年12月まつぼっくりスタジオ スケジュール



日 月 火 水 木 金 土



日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1	2	3	
10:00	Merry Christmas (Gift)	Santa Claus on sled	Merry Christmas!	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	Merry Christmas Cake
14:00				マタニティ ポールヨガ 大塚	まつのご広場 (1歳ぐらいまで) 大塚	
5	6	7	8	9	10	
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	産後ポールストレッチ (1歳ぐらいまで) 大塚
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	まつのご広場 (1歳ぐらいまで) 大塚	妊娠後期 (赤ちゃんとおっぱい)
12	13	14	15	16	17	
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5~8か月	産後ポールストレッチ (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	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	ZOOMお母さん歯科医のお話 (キレイな歯並び)	松田母子クリニック ご案内会
19	20	21	22	23	24	
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	妊娠前期 (心とからだづくり)
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)	パパニティクラス 渡辺
26	27	28	29	30	31	
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	おやこで音あそび (1歳ぐらいまで) 高谷	休診日	休診日	休診日
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)			
2	3	4	5			

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。

