

トウインクルホール月間予定表（基本スケジュール）

MY：マタニティヨガ

MB：マタニティピクス

MC：マザークラス

AB：アフターピクス 2ヶ月～・・・生後2ヶ月～6ヶ月

アフターピクス 7ヶ月～・・・生後7ヶ月～12ヶ月

		月	火	水	木	金	土
1週目	AM			MY	妊婦体操	MB	
	PM	MB	AB(2ヶ月～)	後期MC		AB(7ヶ月～)	妊婦体操
2週目	AM			MY		MB	
	PM	MB	AB(2ヶ月～)	前期MC		AB(7ヶ月～)	後期MC
3週目	AM			MY	妊婦体操	MB	
	PM	MB	AB(2ヶ月～)	後期MC		AB(7ヶ月～)	後期MC
4週目	AM			MY		MB	後期MC
	PM	MB	AB(2ヶ月～)	前期MC		AB(7ヶ月～)	妊婦体操

*注：スケジュールには変更があります。産科受付に毎月の予定表が用意されています。

正しいスケジュールは予定表をご確認ください。