

ママさん助産師に学ぶ 妊婦さんのためのフットケア講座

2018年10月27日(土) 14:00~15:00

予約制

無料

「足のむくみ」「疲れやすさ」などのトラブルを“仕方のないこと”とあきらめていませんか? 「妊産期の身体の変化と対策」について学び、周産期トラブルと上手に付き合っていきましょう。

今回講師としてお迎えするのは、長年助産師として保健指導をされており、自身も“ママ”として子育てをされている助産師の友利氏です。

お子様同伴OK!



このような内容をお話します

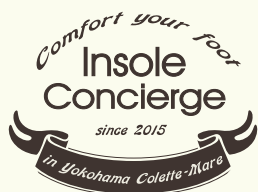
- ♡ 妊娠による身体の変化
(マイナートラブル、姿勢について)
- ♡ お産の為の身体づくり
(簡単なエクササイズ、ウォーキングについて)

ご案内

日時 : 2018年10月27日(土)
14:00~15:00
※講義45分 + 質疑応答15分
場所 : コレットマーレ4F
インソールコンシェルジュ店内
定員 : 6名
費用 : 無料
持ち物 : 筆記用具
予約方法: お電話、メール、店頭にて
※お申し込みの上、ご参加ください。

ご注意

- 開講時間5分前までに店頭にお越しください。
- 受講をキャンセルされる場合は、必ず前日までに下記のお問合せ先までご連絡ください。
- セミナーの無断撮影・録音は禁止させていただきます。
- 普段良くお履きになる靴でお越しください。
- 裸足になれるよう、靴下を着用してお越しください。



〒231-8331 神奈川県横浜市中区桜木町 1-1-7
コレットマーレ 4F
[営業時間] 11:00~20:00
(オーダーインソール受付は19:15まで)

セミナーに関するお問合せ・お申し込みはこちらまで

☎ 080-8427-4460 (店舗直通)
✉ info@shoesfit.com

