

9月 9日(月)
 「産後の骨盤ストレッチ教室」
 久米 翔太先生

個別に骨盤の状態を診て頂き、
 簡単にできるストレッチを教えて頂きました。

ひよこの様子 9月



アシスタントの
 肩口あゆみ先生



正しい
 骨盤ベルトの
 巻き方を教えて
 頂きました



「集合写真」
 9組の親子のみなさん
 お疲れ様でした。
 久米先生・肩口先生
 ありがとうございます。

