赤ちゃんができたら通いたい つぐめ スタジオ の講座 2019 7月

◎参加費は全て税別となります。講座・レッスン・イベントは変更となる場合がございます。最新情報はホームページをご覧ください。

マタニティ お腹の中の赤ちゃんも喜ぶ マタニティまんまるケアクラス

お股を切らずに出産！
逆子率・帝王切開率ゼロを目指す

助産師 吉川元子先生

１回チケット3,500円
／３回チケット9,300円／５回チケット13,500円

7/9(火)10:30～12:30

赤ちゃん 赤ちゃん まんまるケア クラス

赤ちゃんを天才に育てる秘訣！

助産師 吉川元子先生

3,300円

生後２週間～寝返りまでの赤ちゃん

7/16(火)10:30～11:45

赤ちゃん ファーストサイン

赤ちゃんとお手てで話そう♪

大室恵里先生

12,000円（全4回分）
／初回のみ教材費2,500円

6/10(月)・7/8(月)・8/19(月)
・9/9(月)10:30～12:00

ママ 産後ママの骨盤ケアクラス

産後のブヨブヨお腹を戻して美BODYに

助産師 吉川元子先生

１回チケット2,800円
／3回チケット7,000円

7/16(火)12:00～13:00

マタニティ ママ 妊婦＆ママのための身体ケア パーソナルクラス

安産に向けて＆産後の骨盤のゆるみ歪みを
パーソナルケアで調整しましょう

助産師 吉川元子先生

初回料1,000円 1回チケット12,500円
／3回チケット34,500円／5回チケット50,000円

7/4木・5金・6土・7日・9火・13土・14日・16火
・17水・22月・26金・27土・28日・30火・31水

赤ちゃん 赤ちゃんのための身体ケア パーソナルクラス

赤ちゃんの向き癖、頭の形が気になる、
授乳がしにくいなどをパーソナルケア

助産師 吉川元子先生

初回料3,000円　1回チケット9,000円
／3回チケット21,000円／5回チケット32,500円

7/4木・5金・6土・7日・9火・13土・14日・16火
・17水・22月・26金・27土・28日・30火・31水

赤ちゃん 子ども モンテッソーリ教育 親子教室

子どもの生まれ持った才能を開花し育むお教室

齋藤なおみ先生

水曜クラス　7/3・10・17
・0歳クラス　10:00～10:40 月謝 6,500円
・1～2歳クラス　11:00～11:50 月謝 7,500円
＊体験2,500円／単発参加も可

土曜クラス　7/6・20
・0歳クラス　10:00～10:40 月謝 5,000円
・1～2歳クラス　11:00～11:50 月謝 5,600円
＊体験2,800円／単発参加も可

ママ 産後のからだを本気でどうにかしたい ママのための講座

解剖学・運動学に基づく本格レッスン内容です

理学療法士　塩野里美先生
単発2,500円／2回セット4,500円
7/23(火)10:00～11:15

マタニティ マタニティヨガ（平日＆週末）

働く妊婦さんも嬉しい
週末クラスもあります

齋藤なおみ先生
2,000円
7/3(水)・20(土)
13:00～14:15

赤ちゃん 1dayベビーマッサージ＆ 赤ちゃんが喜ぶ子育ての裏技

寝ちゃった赤ちゃんを床に置く方法、
お座りの練習がNGのわけ　etc…

西谷陽子先生
2,500円
7/19(金)10:30～12:00

ママ 理学療法士による個別ケア 産後のお悩みボディケア

産後のからだの痛みやスタイルの変化
ママのお悩みスッキリ解決!

理学療法士　塩野里美先生
75分　8,000円
7/23(火)
12:00～13:15／13:15～14:30

マタニティ ママ マタニティ＆産後 マッサージ

産前～産後の腰・肩の痛み・むくみなどの緩和に

八木美沙季先生
10,000円／初回1,000円引き
随時募集（日程応相談）

赤ちゃん ベビーヨガ

赤ちゃんの運動神経＆脳を育む

齋藤なおみ先生
2,000円
7/10(水)13:00～14:00

ママ ママヨガ 子連れOK 産後ママのヨガクラス

肩こり 腰痛 下腹のたるみを
ヨガで解消しませんか？

齋藤なおみ先生
2,000円
7/17(水)13:00～14:00

ママ 産後ママのヘッドマッサージ

産後のママが気になる抜け毛に
効果的な頭皮マッサージ

八木美沙季先生
3,800円
7/21(日)10:00～13:45（1枠45分）

ママ 6週間で 産後の体力・体型回復 産後ママが美しく輝くための集中レッスン

産前よりも美しく・強く・健やかな
カラダ作りを目指す全6回！

YURI先生
6回分 24,000円
7/4(木)・11(木)・18(木)・25(木)
10:15～12:15

LOHASなモノ・コト・ヒト
ti leaf, inc.

つるかめ スタジオ。の講座 2019 7月

◎参加費は全て税別となります。講座・レッスン・イベントは変更となる場合がございます。最新情報はホームページをご覧ください。

妊活 妊活のための からだケア パーソナルクラス

着床しやすく、胎児が正常で健全な成長を促す
まんまるの子宮づくり

助産師 吉川元子先生

初回料1,000円 1回チケット12,500円
／3回チケット34,500円／5回チケット50,000円

7/4木・5金・6土・7日・9火・13土・14日・16火
・17水・22月・26金・27土・28日・30火・31水

妊活 妊活のためのヨガクラス 授かりヨガ

妊活のためのヨガで体温UP

齋藤なおみ先生
2,000円
7/3（水）14:30～15:45

ヘルス&ビューティ 子連れOK 加圧トレーニング ～美活・ダイエット～

運動が苦手な人も大丈夫
美肌・若返り・ダイエット効果！

加圧インストラクター 田中進一
初回体験3,000円
随時募集（日程応相談）

ヘルス&ビューティ 週末のヨガクラス

肩こり腰痛改善・ダイエット・運動不足解消に
お勧めのヨガクラスです

日野原大輔先生
2,500円
7/27(土)9:30～11:00

妊活 妊娠力アップのためのカラダづくり 授かり加圧パーソナルコーチング

妊娠に適したカラダづくり

加圧インストラクター 田中進一
体験3,000円
/ご夫婦で体験4,500円
随時募集（日程応相談）

妊活 女性ホルモン活性化 トリートメント

卵巣からのサインを読み取り
骨盤周りの血流を良くするパーソナル施術

八木美沙季先生
初回体験 5,500円（90分枠）／1回 11,000円（120分枠）
随時募集（日程応相談）

ヘルス&ビューティ 生理痛、生理不順、PMS、産後トラブル、更年期 女性ホルモン活性化トリートメント

女性ホルモンのバランス乱れが原因でおこる不調を
改善に導く独自のトリートメント

八木美沙季先生
初回体験 5,500円（90分枠）
／1回 11,000円（120分枠）
随時募集（日程相談可）

ヘルス&ビューティ バランスボール ダイエット・エクササイズ

有酸素運動で運動不足解消、
ボディメイク、リフレッシュ

YURI先生
2,500円／3回チケット 7,000円
7/2（火）・24（水）10:30～11:30

妊活 妊娠力をアップする食事 個人カウンセリング

妊活中の食事のお悩みを
細かくサポートします

木本満美先生
7,000円
随時募集（日程応相談）

妊活 妊娠男子の 加圧トレーニング

加圧トレーニングでミトコンドリアを活性！
元気で若い精子を増やす！

加圧インストラクター 田中進一
初回体験3,000円
火曜日夜クラス・土日・その他日程相談可（1回45分）

妊活 Dr.Yukaの 妊活栄養相談・食事指導

食べることを変えることが妊娠につながります

内科医　関由佳先生
1回 10,000円
／ご夫婦で15,000円

Ti Leaf（ティリーフ）は、健康や環境、持続可能な未来に繋がる
大切なコト・モノ・ヒトを広め、「気づき」の機会をつくることを目的とし、
妊娠前から産後の女性、お腹の中から乳幼児期のお子さまのための
生活が豊かになる各種イベント・講座などを開催しております。
おひとり様でも安心してご参加いただける温かく・優しい場所を目指し、
皆様をお待ちしております。どなたさまも、お気軽にご参加下さい。

つるかめスタジオ。
は入会金無料！
1回ごとに参加できます！

詳細はこちら

松戸駅西口徒歩1分　千葉銀行向い

授かり 生まれ 育む
つるかめ スタジオ。
www.kireinotane.jp

TEL　047-701-5912
MAIL info@greenpage.jp
〒271-0091
千葉県松戸市本町15-6
グランシャリオ松戸 5F