

～骨盤底筋アプローチと発育発達を深める～

小児科医に学ぶ産後セミナー



産後ママ担当のトレーナー必見！
育児経験のある小児科女医から
赤ちゃんの発育発達を学ぼう！！

こんな方におススメ!!

- *指導現場に産後のママがいる方
- *骨盤底筋について学びたい方
- *医者目線の発育発達が知りたい方

学べること

- *ひめトレ指導法
- *赤ちゃんの病気やケア
- *ママに効果的なひめトレ活用法

2017年6月18日 SUN

第一部11:30～14:30 第二部14:50～17:45

日時

料金

第一部：ひめトレベーシック受講 7,560 円

第二部：産後セミナー受講:7,500円 (JCCA及びSBN会員:6,500円)
(小児科医講義のみ受講の方):4,500円(JCCA及びSBN会員:4,000円)
(ひめトレ産後バリエーションのみ受講の方)3,500円(JCCA及びSBN会員:3,000円)

時間	講座名	内容	担当講師
11:30～14:30	ひめトレ® ベーシック	骨盤底筋群の基礎解剖学と、ひめトレの基本エクササイズを学びます。誰でも簡単に行える骨盤底筋からコアへアプローチしていく「ひめトレファイブ」の指導ができるようになります。	ひめトレ®アドバイザー 岡橋 優子
14:50～16:20	小児科医から見た 赤ちゃんの発育発達	産まれ育っていく子供を一番近くで見えていく医師である小児科医。どういう所に焦点を当てて診断するのか、子連れのレッスンでの注意点も交えながらお話していきます。運動指導の現場で役立つ内容が盛りだくさん！	小児科医 榊原みゆき
16:30～17:45	ひめトレ® 産後バリエーション	産後の女性に効果的なひめトレエクササイズバリエーションをたっぷり体験できます。※どなたでも受講可能ですが、ひめトレを指導するためにはひめトレベーシック受講が必要です。	ひめトレ®アドバイザー 岡橋 優子

場所

申し込み方法

アールエフ東京店
(東京駅八重洲口
徒歩1分)



第一部
日本コアコンディショニング協会 (JCCA)
http://jcca-net.com/seminar_search/view/8925
へお申し込みください

ひめトレベーシック
申し込みQRコード



第二部
下記QRコード
(<http://www.kokuchpro.com/event/d8ebb116f50b22ff28c820356dde1e7b/>)
又は
スマイルボディネットワークHP
よりお申込みください。
※サイト名:こくちーず
産前産後セミナー
申し込みQRコード



お問い合わせ

NPO法人
スマイルボディネットワーク

mail

info@smile-body.net

URL

<http://www.smile-body.net/index.html>