

【マタニティコースについて】

マタニティプランは主治医の了解を得た妊娠12週が経過し
健康な妊婦様に対しての運動療法です。

安全を最優先に考え下記の項目にあたる妊婦様のご利用は、ご遠慮いただいております。

1. 過去に後期流産をした方（現在の妊娠が正常でも行えません）
2. 今回の妊娠中に切迫流産と診断された経験がある
3. 早産の既往がある、現時点で切迫早産である
4. 子宮頸管無力症
5. 子宮頸管縫縮術（シロッカー、マクドナルド法）後の方
6. 妊娠性高血圧症の方（収縮期140以上拡張期90以上の
どちらかが該当しても行えません）
7. 前置胎盤
8. 強いお腹の張りや腹痛、性器出血、発熱が頻繁に起こる
9. 重度の心臓病、糖尿病、腎臓病などの合併症がある
10. 子宮内胎児発育遅延が明らかな場合
11. 多胎妊娠
12. 常位胎盤早期剥離・妊娠高血圧腎症の既往がある

- お越しになる際は毎回母子手帳をお持ちになる事をお勧めいたします。
- 口頭で結構ですので主治医の了解を受けてください。
- 妊娠13週目以降からレッスンが開始できます。
- チケットの有効期限はございません。余ったマタニティチケットは差額なしで産後チケットとしてご利用になれます。

【産後リカバリコースについて】

- 産後ピラティスは、産後の一ヶ月が経過し母子共に健康な方が対象です。また、ベビーシッターをお付けにならない場合は母子双方の安全確保の為、お子様のご同伴は4歳以上とさせていただきます。
- お客様のベビーシッターのご同伴は可能です。ご予約時にお知らせください。
- 当スタジオ所属のベビーシッターをお付けする事ができます。当スタジオのベビーシッターのキャンセルは48時間前までをお願いします。それ以降のキャンセルはシッター料の100%を頂戴いたします。
- 当スタジオ専属ベビーシッター料金1,500円/1レッスン。お二人目は+500円。
- お子様の体調不良でレッスンをキャンセルされる場合、原則一週間以内での振替受講が可能です。
- レッスン前後の授乳、オムツ替えは可能です。レッスン中に行う場合、レッスンの時間が短くなりますのでご了承ください。