

妊活に大切な身体づくりについての勉強会

ARTカフェ

妊活サプリの
サンプル
プレゼント♪

ご参加は
無料です!

日時：2024年 3月2日(土)14:00～
場所：高崎ARTクリニック

栄養士監修
低糖質お菓子を
ご用意♡

◎セミナー：「自分をみつめ、いたわる

セルフ・コンパッション」

～マインドフルネスを学び、体験することで
治療における悩みや不安を和らげましょう。

公認心理師 岸本 早苗先生



◎チェアヨガ体験：「妊活中・不妊治療中の方のための

Self healing yoga」

医師・ヨガ講師 熊倉みなみ先生

◎栄養のおはなし：「妊娠しやすい身体をつくるための

糖化と筋肉の話」

管理栄養士 水出 恵子先生

*ご参加いただいた方には、糖化度・骨密度・体組成の測定を無料で行います。ご自身の数値を知ることで、抗酸化や筋肉量増加などの妊娠に向けた身体づくりに取り組んでいきましょう。

お申込みはコチラより、
メールにてお願いします⇒

※先着順で、定員になり次第
締め切らせていただきます

(キャンセルは前日までにお願いします)



info@takasaki
artclinic.jp

当院に通院中でない方・ご夫婦でのご参加も可能です
(人数把握のためお申し込みは個別でお願いします)