

産後ケア

出産前より美しいカラダをGETしよう!

6weeks

産後骨盤プログラム

出産後の骨盤をそのままにしておくと...



お腹ぽっこり



下半身太り



生理痛・生理不順



ひどい腰痛・肩こり

産後骨盤プログラムで、
出産前のカラダを手に入れる!

6weeks
産後骨盤プログラム

6週間で、産後で開いた骨盤を元通りにするプログラムです。
骨盤の矯正と筋力アップで、歪んだ体型を戻し、出産前よりも美しい体づくりを行います。



1 カウンセリング



2 股関節・骨盤下部の矯正



3 筋力アップ



4 正しい姿勢へ矯正

- 産後1ヶ月～6ヶ月が骨盤リセットのチャンス!
- ご希望の方はキッズスペースをご用意しています。

予約優先 1回 4,000円(税別)

6週間で
出産前のカラダに
戻していきます

ケア

トレーニング

1～2週間

矯正を中心に施術していきます。

3～4週間

徐々に筋力をつけるトレーニングをしていきます。

5～6週間

筋力アップと正しい姿勢への矯正を同時に行います。

各日
10名
限定

キッズスペース
&
ベビーベッド
完備

4月27日(月)～5月2日(土) 6日間限定

産後6ヶ月～の方も
骨盤矯正出来るので
ご相談下さい

通常
4,000円(税別)
のところ

※期間中お一人様どちらか1回のみ

お試し体験
したい方

ハーフコース

1,500円(税別)

気になる症状
がある方

フルコース

2,500円(税別)



フィット鍼灸整骨院 聖蹟桜ヶ丘院

〒206-0011
東京都多摩市関戸1-1-5
スクエアビル4F

☎042-311-4970

【休診日】日・祝 ※土曜日の診療は AM9:00～PM15:00

診療受付時間		月	火	水	木	金	土	日・祝
AM	9:00～12:30	○	○	○	休診	○	○*	休診
PM	15:00～20:00	○	○	○	○	○		