



# 4 月份 媽媽教室課程表

一 Mon	二 Tue	三 Wed	四 Thu	五 Fri	六 Sat	日 Sun
1	2	3	4 14:00 芳療舒壓	5	6	7
8	9 16:00 產後-瑜珈	10 14:00 嬰幼兒動能知覺瑜珈	11 14:00 新生兒急救	12 14:00 關鍵1000天飲食的初級過敏預防建議	13 14:00 產前孕期彼拉提斯	14
15	16 16:00 產後-瑜珈	17 14:00 成功哺餵母乳	18 14:00 親子共讀	19 16:00 產後-瑜珈	20	21 14:00 產前-產痛不等於慘痛
22 14:00 產後媽媽全方位照護	23 16:00 產後-瑜珈	24 14:00 新生兒寫真教學	25 14:00 提升寶寶健康按摩技巧	26 16:00 產後-瑜珈	27 14:00 產前孕期彼拉提斯	28 14:00 產前-打敗哺乳大魔王-塞奶、乳汁不足
29	30 16:00 產後-瑜珈					