

TB 産後のコメント

- * 超安産でした。やっぱり、水中座禅はとっても役に立ち、1回のいきみでスポーンと産まれました。
- * プールの翌日に、スーパー安産で産まれました。
- * 陣痛が強くなるのには、時間がかかり苦労しましたが、いざいきむ時になったらすんなり。これも水中座禅のお陰です。
- * 1人目の時と同じく楽しんで妊婦生活が送れました。お陰様で自宅出産も出来、産後も体の不調もなく元気です。
- * スイミングのおかげで超安産！！陣痛の弱い間は、教わったストレッチをやっていました。
- * 約1ヶ月でしたが、楽しく参加させていただきました。ありがとうございました。
- * おかげさまで安産でした。水中座禅が『いきむ』ときに役立つことが分かりました。
- * みんなのおかげで、楽しいマタニティライフが送れました。ありがとうございました。
- * 分娩室に入ってから、するんと出ました。あの水中座禅がとても役に立ちました。直前まで通って良かったです。2人目の時も必ず通います！！
- * とても楽しく『たまごピクス』に参加指せていただきました。水泳をしていたお陰か？分娩時間も短く、いきみの時も『水中座禅』のお陰で長時間吐く呼吸が出来、助産師さんからも褒めてもらいました。
- * 初産でしたが、思ったより、比較的楽に産むことが出来ました。
- * 出産の前々日までプールで泳いでいたお陰で、回復も早くてもうひよこピクスに通うのを楽しみにしています。
- * PAJAに通って、日頃から体を動かしていたお陰で比較的スムーズにお産を終えることが出来ました。
- * スイミング・マタニティピクスのお陰で体重増加が抑えられ、安産でした。
- * たまごピクスへ通うことで楽しくマタニティライフを送る事が出来、とても感謝しています。
- * 陣痛が始まってから30時間かかり、超苦しみましたが顔を見た瞬間吹っ飛んでしまいました。お産は、体力が1番大切だと思いました。ギリギリまでマタニティスイムでお世話になって良かったです。
- * お産も初産にしては安産だったと言われ、スイミングの特に水中座禅（呼吸・いきみ）が効いたのだと思います。コーチ達のお陰で、楽しく安心も出来ました。
- * 初産なのに上手！と助産師さんもビックリしていました。スポーツする事は本当に大切だと思いました。
- * おさらいが効いたのか、プールの後順調な陣痛のお陰で1時間で生まれました。
- * 帝王切開になりました。PAJA通いは短い間でしたが、その際覚えた呼吸法等は手術の際かなり役立ちました。辛い傷の痛み・後陣痛も軽い方でした。
- * たまごピクスでの体力作りの成果で元気な子が誕生しました。今度はひよこピクスで体形を戻したいです！！
- * 今回は、早目から通い始めた事もあり、約8Kg増で抑えられました。お陰様で病院に行ってから3時間で産まれました。とっても安産でした。
- * とても楽に出産する事が出来、母子共にリスクが少なかったです。ピクスのお陰でしょうか？
- * 水中座禅は、本番でとても役に立ちました。ありがとうございました。
- * マタニティスイミングでは、決まっておなかの中でよく動いていた我が子。元気いっぱいに生まれてきました。
- * 水中座禅のお陰か？助産師さんにいきみが上手いと褒められました。
- * 出産は、すごい楽でした。やっぱり運動してるって良い事だと実感しました。
- * みんなのおかげで思った以上に安産でした。水泳は、やっぱり良いと思いました。おしゃべりに遊びに行きます。
- * 緊急帝王切開になりました。母子共に超元気でなによりも、私の回復の早さには周りもビックリしています。これも、体力作りを楽しく、たまごピクスを続けられたおかげです。
- * 結局15Kgも体重が増え、本当に心配しましたが、超安産でした。是非2人目3人目も早い時期からスイミングに通いたいと思います。
- * 水中座禅のお陰で息を止める事が出来ました。もう少し早くからやっていたらもっと楽だったろうなと思います。
- * スイミングのお陰で、手・足をよく動かす元気な子です。色々とおありがとうございました。
- * 1ヶ月間でしたが、たまごピクスの”水中座禅”役に立ちました。是非、次の機会も参加したいと思います。
- * 20時間の微弱陣痛ではありましたが、それに耐える事が出来たのはPAJAで体力を付ける事が出来たからだだと思います。
- * 第1子は帝王切開、今回は普通分娩での出産でしたが母子共にトラブルも無くて一安心です。
- * 陣痛の時に、マタニティスイムで教わった水中座禅が特に役立ちました。本当に通って良かったです。
- * 出産間近まで、たまごピクスに通っていたお陰で安産でした。次は、ひよこピクスでお世話になります。
- * 超安産で、とても初産とは思えないって皆さんから驚かれました。元気に運動してたのが良かったと思います。
- * スピード出産でした！よく飲み、よく寝る元気な子です。妊娠中の運動が安産の秘訣だったと感謝しています。
- * 大きな赤ちゃんでしたが、お陰様で超安産でした。大変お世話になりありがとうございました。色々、アドバイスをいただき不安が多い妊娠期間とても心強かったです。
- * 体力作りをしてお産に臨ませいか、産後あまり辛くなくて自分でもビックリしています。

精神的にも助けられました。本当にありがとうございました。

- * 分娩室に入って10分で産まれました。PAJAでやった事がとても役に立ち、通って良かったです。
- * PAJAに通っていて本当に良かったです。お産が始まってから終わるまで本当に役に立ちました。
- * 2人目も無事安産でした。体力がついたお陰で年齢の割りに産後の回復も早かったようです。
- * とても元気に産まれました。PAJAで楽しく運動出来たこと、快適にマタニティを送れた事に感謝しております。
- * PAJAで楽しい3ヶ月を過ごせて良かったです。お友達も出来、いい妊婦生活が送れました。

