

運動療法士による

# ストレッチ教室

場所：当院2階

開催日：

8/5(土)10:00~11:30 岩崎先生

8/10(木)10:00~11:30 三井先生

8/18(金)12:30~14:00 石濱先生

8/21(月)10:00~11:30 大塚先生

※内容は45分です



椅子に座って行うストレッチがメインです。

肩こり・腰痛などに対応してくれます。

参加費：1回 500円(保険料含む)

詳細、お申し込みはスタッフまで