

運動療法士による

ストレッチ教室

場所：当院2階

開催日：

11/4(土)10:00～11:30 岩崎先生

11/13(月)10:00～11:30 大塚先生

11/16(木)15:00～16:30 三井先生

11/24(金)12:30～14:00 石濱先生

※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

