

運動療法士による

ストレッチ教室

場所：当院2階

開催日：

12/2(土)10:00～11:30 岩崎先生

12/7(木)15:00～16:30 三井先生

12/11(月)10:00～11:30 大塚先生

12/20(水)10:00～11:30 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

