

運動療法士による

ストレッチ教室

場所：当院2階

開催日：

- 3/5(月)10:00~11:30 石浜先生
3/13(火)10:00~11:30 石浜先生
3/24(土)10:00~11:30 岩崎先生
3/29(木)15:00~16:30 三井先生

※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

