

運動療法士による

# ストレッチ教室



場 所：当院2階

開催日：

5/11(金)10:00～11:30 岩崎先生

5/17(木)15:00～16:30 三井先生

5/21(月)10:00～11:30 大塚先生

5/30(水)10:00～11:30 石浜先生

※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

