

運動療法士による

ストレッチ教室

場 所：当院2階

開催日：

2/5 (水) 10:00～11:30 岩崎先生

2/14(金) 10:00～11:30 福島先生

2/20(木) 15:00～16:30 三井先生

2/26(水) 15:00～16:30 福島先生

※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

