

～体のゆがみ改善～

カイロプラクティック療法により、
ボディコントロールバンドを使って
体のバランスを整える運動をします。



🍎 開催日・受付開始日

10月6日(水)…受付開始 9/20

10月20日(水)…受付開始 10/3

11月10日(水)…受付開始 10/20

11月24日(水)…受付開始 11/3

12月8日(水)…受付開始 11/20

12月22日(水)…受付開始 12/3

🍎 時間

午前10時～11時

🍎 講師

カイロハウス みかみ
三上 孝正 氏

🍎 会場

温水プール石川 (小金崎)

🍎 定員

各回 12人

🍎 持ち物

タオル、飲み物、内履き



講師 三上 氏

マスク着用の上、動きやすい服装でお越しください。



【新型コロナウイルス感染拡大防止】

発熱がある方、
風邪症状がある方、
体調に不安がある方は
参加をご遠慮ください。



【お申込み・お問い合わせ先】

高齢者健康トレーニング教室
温水プール石川
☎ 49-7081
(午前9時～午後5時)