

リンパを流す ストレッチ



～体操・マタニティ体操・予防・改善しましょう～

満員御礼

10/9・

10/23

3回講座 ALL木曜日

10時～11時半

- ☐ 肩こり
- ☐ 腰痛
- ☐ ひざ痛
- ☐ むくみ
- ☐ 冷え性
- ☐ 足つり
- など

- ★費用 500円(3回分)
- ★定員 15名
- ★対象 成人
- ★受付 8/18(月)

来館9時～ 電話13時～

