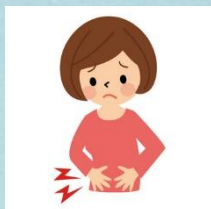


とらまる自力整体教室

こんなお悩みありませんか？

便秘



膝の痛み



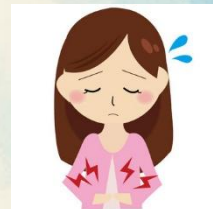
肩こり



腰痛




生理痛



など

ヨガでもなく、ストレッチでもなく…東洋医学をベースに60分かけてゆっくりと慢性的に緊張している筋肉を自分自身で緩め、骨格を整えてコリや痛みを解消していきます。

6/4～毎週木曜日

 AM10:00～11:00

場 所:とらまるてぶくろ体育館 2F A 会議室

香川県東かがわ市西村 1155 番地

料 金:¥4,000/月額(月4回) ※定員 15 名

初回見学・参加 ¥500

講 師:藤井由紀子 先生(自力整体ナビゲーター)

持ち物:飲み物 輪っかタオル(初回はお貸しします)

お持ちの方はヨガマット



お問い合わせ・申し込み先:東かがわ市スポーツ財団 大内スポーツセンター 白石まで
電話番号:0879-24-1810

主催:一般財団法人 東かがわ市スポーツ財団