生徒募集

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

※事前申し込みをお願いします

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

一般財団法人 東かがわ市スポーツ財団
HIGASHIKAGAWA CITY SPORTS FOUNDATION