

50歳からのGenki健康体操セミナー

第1回

いつまでも元気に 歩ける身体を目指して

令和元年

6月9日 日 9:30-10:30

無料

先着25名限定のスペシャルイベントを烏丸店で開催!

第1部 オリンピクトレーナーが考える健康講義

9:30~10:00

「ずっと自分の足で歩くために
必要な事」

講師：吉村 直心 (理学療法士)



第2部 参加者と楽しい体操

10:00~:10:30

「呼吸と姿勢、ずっと健康に
過ごす為の体操」

講師：めぐみ先生(柔道整復師)



セミナー終了後に体の悩み相談会実施!

第2回予告



Genki健康体操セミナー

無料

令和元年

7月7日 9:30-10:00

参加者と楽しい体操

9:30~:10:00

講師：めぐみ先生
(柔道整復師)



ご予約
お問い合わせ

