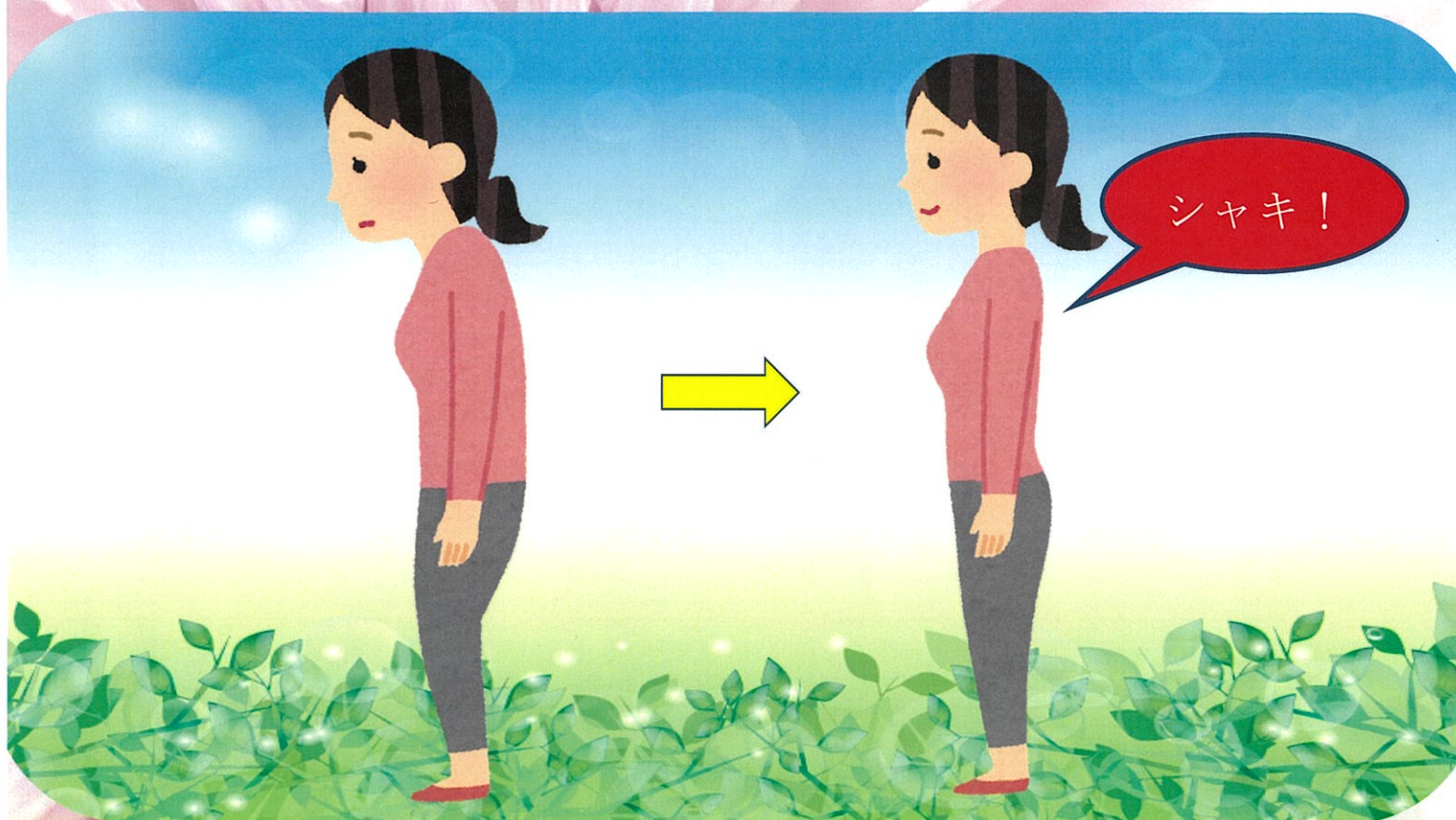


体の歪みと健康 骨格調整体操講座

(講師 福村 早苗 先生)



体の歪みにより生じる肩こりや腰痛などの疾患・症例について学び、ゴムバンドを用いた骨格の矯正、体操の実践により老化防止、健康増進に役立てる講座です。体の不調で悩まされている方はぜひお役立てください。

日時：令和7年6月12日(木) 10時00分～

場所：中富南コミュニティセンター集会室

定員：12名

参加費：無料

申込み：6月1日(日) 9時～事務室又は電話

電話：04-2996-3999

主催 所沢市公共施設管理公社 中富南コミュニティセンター