

藤沢市民センター成人事業

骨盤体操教室

— 簡単な体操で、体のゆがみを整えよう!! —

日時: 令和2年7月19日(日) 10:00~12:00

場所: 藤沢市民センター
音楽ホール

あなたのからだ
こんなふうに
ゆがんでない?

講師:

カイロプラクター
宮本めぐみ先生
(宮城県)

対象: 一関市民
(高校生以上)

人数: 20人

参加費: 無料

持ち物: 汗ふき用タオル

水分補給用飲み物

※ 動きやすい服装できてね

申込締切: 7月15日(水)

申込み・問合せ先: 一関市藤沢市民センター
一関市藤沢町藤沢字仁郷12-5
TEL: 0191-63-5515