

健康・ケア教室

香取道場



はじめに・・・

健康「柔」体操を取り入れたストレッチ体操で、自分の身体を
“ゆ～っくり” “じ～んわり” 動かしてみましよう (*^-^*)

それから・・・

日頃のストレスを忘れて、楽しく話に花を咲かせましょう (^_^)
若かりし頃の思い出話や趣味など、なんでも有りですよ♡

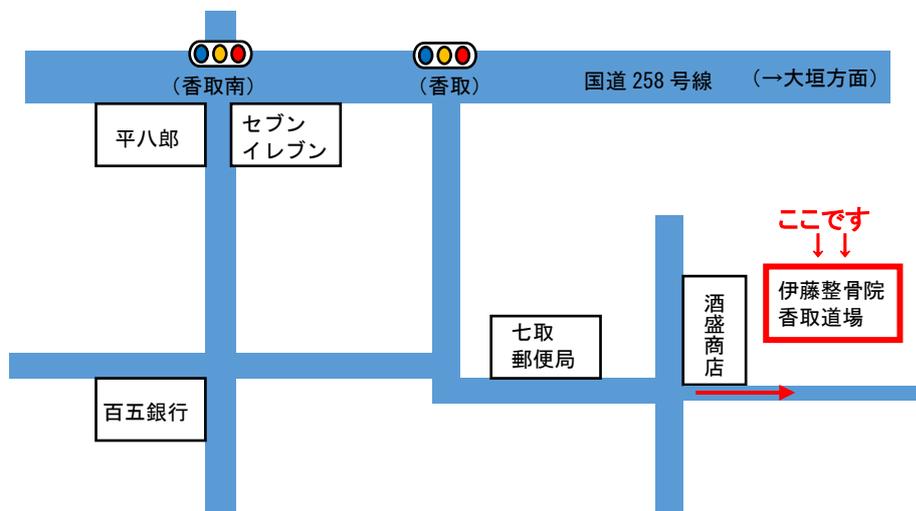
日 時：毎月 第3木曜日 13:30～14:30

場 所：伊藤整骨院（桑名市多度町香取44）内 香取道場
TEL0594-48-2003

★水筒・タオルをお持ちください。

★参加費は無料です。

★電話または直接来院にて事前に申込みをお願いします。



皆さまのご参加
お待ちしております☆

