

セルフケア教室開催の お知らせ！

～からだが喜ぶ簡単セルフケア～

テーマ：骨盤の歪みを改善し肩こり・腰痛を予防しよう！

講師：永井 美香子
理学療法士・整体師

有料老人ホーム「マザアス」アドバイザー、リハビリテイザーサービス「nagomi」顧問理学療法士

日時：12月22日（水） 13時～15時
レクチャー、セルフ体験 約2時間



申込方法：事前にお電話または、柏リセット整体院受付けまで

場所：リフレッシュプラザ柏 3階 会議室2

参加費：2,100円（会場費/資料代）

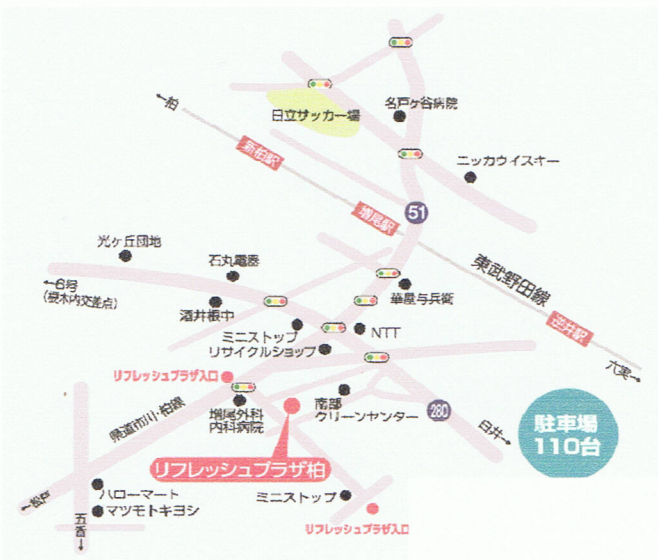
服装：動きやすい服装



楽しくからだを動かしましょう！

南柏・東口から東武バス20分
（南柏1番バス乗場05系統）
辻井からジャンボタクシー5分

住所：柏市南増尾58-3
TEL：04-7173-5900



次回は、1月16日（日）「寒さにも負けない消化吸収・排泄のパワーUP」を予定しています。

お問い合わせ先：柏リセット整体院
04-7192-8150