

身軽・気軽・手軽

膝痛改善のための 3軽エクササイズセミナー

NPO法人いきいき・のびのび健康づくり協会の会長である尾陰由美子考案の「機能改善体操」の膝編のセミナーです。一般の方から指導者の方まで参加できる体験型セミナーです。5つのエクササイズを覚えて、日々の中で膝痛改善のためのからだ磨きの方法を覚えるセミナーです。ドイツやスイスの運動療法をベースに考えられた「機能改善体操」をぜひご体験ください。



【日時】 2016年10月14日 (金) 19:30~21:30

【講師】 尾陰由美子

【参加費用】 4,320円 (税込)

【参加定員】 16名

【振込先】 池田泉州銀行 もず支店 普通3019962
有限会社アクトスペース企画

【お申し込み先】 からだの学舎Re-fit

☎072-260-4085

(月9:30~18:00/火・水・木12:00~19:00/金9:30~18:00)

✉info@karadanomanabiya.com

3つ(腰・肩・膝)のセミナーを全て受講されると「機能改善体操普及員」認定登録が可能です。その際、当協会の登録員になっていただくことが条件となっています。(登録料5,400円)

・からだの学舎Re-fitのメンバーは、登録料不要