

身軽・気軽・手軽

腰痛改善のための 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」の腰編のセミナーです。
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、日々の中で腰痛改善のための
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】 2017年4月28日（金） 19:30～21:30
【講師】 尾陰由美子
【費用】 4,320円（税込）
【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

※クレジットカード支払いを希望の方は右記のQRコード
よりお申込みください。

【お申し込み先】 からだの学舎Re-fit

☎072-260-4085

(月・金9:30～18:00 / 火・水・木12:30～21:30)

✉info@karadanomanabiya.com



★5月19日（金）肩こり改善 3軽エクササイズ®セミナー

★6月30日（金）膝痛改善 3軽エクササイズ®セミナー

上記の2つのセミナーも開催予定です。

3つ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)