

☆☆サンプラザ市原感謝祭 2017☆☆

無料

参加者大募集!

# 骨盤体操

ゆがみ改善こそ健康の秘訣!

楽しく学べる体験教室

骨盤がゆがむと姿勢がゆがみ、体形やお肌にも老化が現れます。また、ゆがんだ背骨は神経系統や臓器にも悪影響を及ぼします。この機会に原因や対処を学びながら実践してみませんか♪

【日 時】平成29年11月12日(日) 13:30~15:00

【場 所】サンプラザ市原 11 階

【参加費】無料

【定 員】先着30名

【申 込】10月1日(日)から電話又は窓口にて

【お問合せ】0436-24-1151

【主 催】(公財)市原市地域振興財団

【講 師】猪又真咲美(市原市生涯学習サポートバンク「まちのせんせい」)