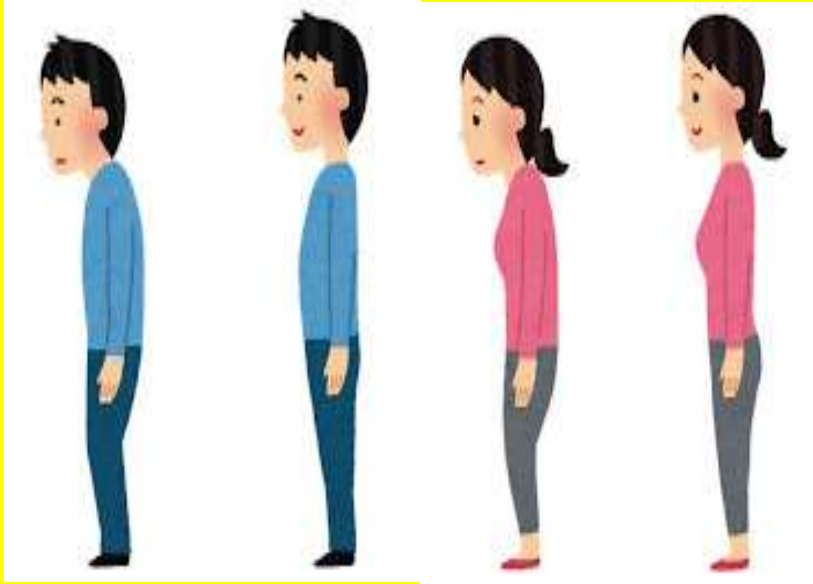


姿勢美づくり



姿勢が整うことでの効果

- ・ 快適に動ける体
- ・ 血行促進
- ・ 体力向上 etc

姿勢のフロがコツをわかりやすくお話いたします。

◎講師：整体師 大山 裕紀

◎日程：令和6年 10/31 (木)

◎時間：10:00～11:30

◎受講料：800円

◎定員：15名

◎持ち物：筆記用具など

※対象：18歳以上の方



お問い合わせ

札幌市はっさむ地区センター

札幌市西区発寒10条4丁目1-1

TEL 011-662-8411

申込、受講料納入は R6/10/17 (木) 一週間以内にお釣り銭のないよう納めて下さい。

平日9:00～17:00

※納入された費用は原則お返しできません。予めご了承下さい。