



あなたの姿勢は  
大丈夫？

# 体幹トレーニング体験会

こんな方にオススメ！

- ◆ ぽっこいお腹が気になる
- ◆ 姿勢が悪い
- ◆ 体が疲れやすい
- ◆ 運動不足
- ◆ 仕事がデスクワークでほとんど動かない

日程： **5月3日（金）**

時間： 17：00～17：40

場所： 武蔵浦和メディカルセンター2階 リハビリテーションルーム

料金： 1,000円（税別）

内容： ストレッチ・体幹トレーニング・バランストレーニング

定員： 6名

持ち物： 動きやすい服装 フェイスタオル お飲み物

受付方法： クリニック受付にてお申し込み頂き、お申し込み時に参加費のご入金をお願い致します。

キャンセルによるご返金は4月27日（土）13:00までとさせていただきます。

それ以降のキャンセルによるご返金は致しかねますので予めご了承ください。

レッスン開始5分前を目安にお越しください。リハビリ室内の更衣室をご利用いただけます

締め切り： 4月27日（土）13：00



担当： 橋本 裕也

- 資格：
- ・あんまマッサージ指圧師
  - ・アディダスファンクショナルトレーニングトレーナー
  - ・キッズハイパフォーマンススペシャリスト
  - ・タニラダー指導者講習会受講

