

ホールで運動療法

さいきじんクリニック1階ホール

毎週 火曜日13:30~14:30 (祭日は休)

みんな一緒に
「ストレッチやゴムチューブ運動」
あなたに合わせた運動で健康な生活を



無料

時間中はいつでも自由に入退出出来ます！

3つのメリット

- 1) 足腰が強くなる
- 2) 姿勢
- 3) 運動不足解消、ダイエット効果

お気軽に受付へお申し出ください



健康運動指導士
びんご元気プロモーション
代表 坂本誠トレーナー

わたしたちは
ECO
から、はじまる。

明日の健康は今日の一歩から！