

募集期間3月1日～15日

リンパストレッチ教室

リンパの流れを意識した
簡単な動きでストレッチを
行います。

老廃物の流れやすい
健康な体を作りましょう。

1期

※リンパ自力整体（12：50～13：50）の
教室とは異なります。



【日程】平成30年4月3日～平成30年8月28日

※7月17日、8月14日を除く

火曜日（全20回）

【対象】18歳以上

【時間】14：00～15：00

【場所】ももち体育館 1階 柔道場

【参加料】5,800円

【定員】40名

【講師】青木 浩子

【資格】リンパネオテクター