

セラバンド 体操

参加者募集中



小松ソフィア病院
理学療法士
田中 渉

初心者でも安心！
理学療法士が指導

運動のポイントを
わかりやすく説明します。

こんな人にオススメ！

- ・姿勢を綺麗にしたい人
- ・肩こりや腰痛の悩みがある人
- ・とりあえず運動を始めたい人
など

開催日時

① 4月13日(木) 11:00~11:50

② 4月27日(木) 11:00~11:50

場 所：ソフィアテラス

定 員：各5名(先着)

参加費：500円(税込)

お申込み：☎ 0761-46-5382

申込締切：①4月11日(火)
②4月25日(火)

お問い合わせ・お申込み

街の保健室 ソフィアテラス
TEL/FAX: 0761-46-5382
〒923-8565
石川県小松市清六町315番地
イオンモール新小松2F
営業時間(10:00~18:30)
定休日:日曜日・月曜日
Email:terrace@sophia-hosp.jp

