

自分で治す！
～ひざ・腰・股関節痛ケア～

ゆうき体操

世界変形性関節症会議で認められた体操です。体のゆがみを整え、
関節の動きを良くすることで、動ける体作りを行います。無理がなく
簡単に続けられます。

受講日 7月開講
第2・4木曜 10:30～12:00

講師 ゆうき健康関節指導士
石貫 幸弘

受講料 13,860円(税込・3ヵ月分)



お電話で予約のうえ、登録料550円(税込・初回のみ。中日文化センター会員の方は不要)と受講料を添えてお申込下さい。



豊田 中日文化センター

〒471-0034 豊田市小坂本町1-25 豊田産業文化センター5階
Tel 0120-98-2841

www.chunichi-culture.com

受付時間 午前9時30分～午後6時30分まで (月曜定休、日曜日は正午まで)



facebookはじめまし
た。いいね！をお
願います！！