

講師

尾形 知加子

・カイロプラクター
健康管理士一般指導員
・リンパドレナージュ
セラピスト

身体の不調を改善

心身ともに美しさを目指そう！

運動が苦手
でも大丈夫！

ボディセルフ コンディショニング

火曜日 10:00～11:30

場 所

長沼原勤労市民プラザ 和室

定 員 15名

参加費

1,120円 / 回 *運動教材費別途

持ち物

ヨガマット

【主催】長沼原勤労市民プラザ

指定管理者:Fun Space・オーチャー共同事業体



043-257-1863

アクセス 〒263-0001 千葉市稲毛区長沼原町 304-1

【バス】JR稲毛駅東口より 京成バス『山王町』行

「長沼原住宅」下車 徒歩 5分

【車】駐車場64台(無料)

