

ボディセルフ コンディショニング

運動が苦手
でも大丈夫！

身体の不調を改善
心身ともに美しく！

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

火曜日 10:00～11:30 【全4回コース】

開催日

① 5/13

② 5/27

③ 6/10

④ 6/24

場所

長沼原勤労市民プラザ 和室

定員 15名

参加費

4,480円(全4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 3分

【車】 駐車場64台(無料)

