

新設講座

背骨コンディショニング



背骨のゆがみを解消し、
腰痛・肩こり・
姿勢の改善を
目指しましょう。
寝ながらできる
簡単な体操です。



[火]13:00~14:00

講師 田中 雅美

背骨コンディショニング協会インストラクター

受講料 4,104円(税込) 月4回

持参品 長めのタオル・飲み物

お申込み・お問合せ

コープさっぽろ東光文化教室 ☎35-8538

旭川市豊岡1条5丁目コープさっぽろ東光店2F

受付時間(月~金)10:00~19:15(土)10:00~16:15(日)休業