

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