

ヨガ入門教室(運動体験と栄養食事相談)

- 〈内容〉 運動：身体をほぐす程度のやさしい動きと呼吸法
栄養：軽食を摂りながら栄養についてのアドバイス
- 〈日程〉 2019年4月26日(金)
10:50~12:20
事前に、医師の診察・会計を済ませてください。
医療保険を使用します。
- 〈場所〉 当院2階
動きやすい服装で、ご参加ください。 上履きは不要です。
- 〈費用〉 軽食代として別途、実費300円前後を 当日徴収します。
- 〈申込〉 事前に 当院受付に予約してください。
定員は、先着4名様です。

私たちの内に在る能力を高めていくものです。



のんびり気分どうぞ。
ご参加をお待ちしています！

お問い合わせは当院の
健康運動指導士・管理栄養士 まで。
松葉医院 044-522-1678



次回予定 5/17(金)