

健康寿命は自分で作る。 全ては骨盤と背骨の 正しい動きから

会 場：府中市市民活動センタープラッツ
(府中市宮町1-100 ル・シーニュ 6F 第5会議室)

日 程：4月11日(木)・5月9日(木)・6月27日(木)・7月18日(木)

※悪天候(台風・大雨・降雪・強風等)の影響により
急遽、中止となる場合がございます。

時 間：10:00～11:30

対 象：おおむね50代以上

定 員：20名 (先着申込順)

参加費：無料

持ち物：飲み物

ヨガマットまたはバスタオル



～ 内 容 ～

肩こり、腰痛など未病といわれる症状は実は骨盤や背骨が
影響していることがあります。

いきいきと活力ある毎日を過ごすために参加しませんか？

- ・正しい骨格の動きについて講義します。
- ・実際に正しい動きをゆっくり行います。



講師 尾形 知加子 クイーンズ・カイロ院長

所属団体・及び資格

- ・日本カイロプラクティック連合会 会員
- ・NPO法人 日本教育諮問委員会
- ・日本成人病予防協会 健康管理士一般指導員 等

お問い合わせ・お申し込みはお電話ください

0120-738-107 (受付時間:平日10:00～16:00)

＜主催＞ 株式会社トラストパートナーズ
東京都府中市白糸台2-34-4