

肩こり・腰痛予防体験講座

～きれいな姿勢を創る～施術体験付き

「骨盤の歪みの仕組み」「痛みの原因」など、誰にでも分かりやすく楽しくお話させていただきます。お一人お一人の体の歪みをチェックし、骨盤調整を行います。短時間で「楽になった」「姿勢が良くなった」と実感いただけます。



講師：K08-010 高橋 恵美

【開催日】 2023年11月19日(日)

13:00～14:30

【会場】生涯学習センター 1階 アトリウムガーデン

【対象】どなたでも

【定員】10人

【費用】無料

【持ち物】 ○汗拭きタオル ○飲み物 ○筆記用具

【申込方法】 事前応募(先着順)裏面をご確認ください。

【主催・問合せ】千葉市生涯学習センター

TEL 043-207-5815

申込用紙

直接窓口、電話、もしくはボランティアフェア2023の応募フォームのQRコードまたはURLにアクセスしてお申込みください。
直接応募は、1階生涯学習広場、2階調査・資料室のカウンターへ

<https://forms.gle/XCVQxwYDEZCQGNb68>

【募集期間】11月1日(水)～(先着順)

申込はこちらから ▶



「肩こり・腰痛予防体験講座 ～きれいな姿勢を創る～施術体験付き」 11月19日(日) 13:00～14:30

氏名(フリガナ)

年齢

電話番号

メールアドレス ※メールアドレスがある方のみ

【講座に参加される皆さまへ】

ご参加を辞退される場合は、ご連絡ください。

体験コーナーは、登録ボランティアのスキルアップを兼ねております。

【講師紹介】

K08-010 高橋 恵美さん

【所有資格】

NPO法人日本カイロプラクティック
教育諮問委員会会員、
優秀A級セミナー・腰肩セミナー終了
(ChiroSalonアイリス主催)
健康管理士一般指導員資格

