



よこすか自然生活Ayus

オープンセミナー

# 上半身の痛みを取ろう



＊肩・腕・首＊

肩が痛い時や腕が上がりにくい時に自分で緩める方法を勉強します

2019年

10:30~12:30

9月 29日 (日)

場所

汐入 産業交流プラザ（第一研修室）

持ち物

ヨガマット又はバスタオル・筆記用具・飲み物

会費

5,400円

定員

30名



お申込み・お問い合わせ

email : [info@ayusjapan.com](mailto:info@ayusjapan.com)

<http://www.ayusjapan.com>

