

新規受講生募集中

自力整体

自力整体とは？

人の手を借りずに自らの体を治療するボディワークです。

<こんな人におすすめ>

冷え、むくみ、コリ、便秘、腰痛、膝痛、
目の疲れ、更年期、姿勢などの改善

体が硬くても大丈夫！
年齢も関係ありません😊



開催日：第1、2、3 水曜日 10:00～12:00

受講料：4,000円(月額)

場所 北部市民センター 1階 多目的ルーム

講師 自力整体ナビゲーター 藤尾 亜由美

募集人数 15名

申込み 北部市民センター受付へお電話、または直接お申込みください

見学、体験など
お気軽に
お問い合わせください

お問合せ

姫路市 北部市民センター

〒671-2103

姫路市夢前町前之庄2160番地

TEL:079-336-4080

ホームページURL

<https://himeji-hokubu.net/>

