

7月プチ講座

カンタンにできる

ストレッチ体操

忙しくて運動をあきらめているあなた！
家事や仕事の合間に、ちょっとした
ストレッチをするだけで、心も体もすごく
リフレッシュするんですよ！
努力というより習慣づけてしまいま
せんか？



日時：2015年7月11日（土）

PM1:30～

講師：杉村 敏先生

整体サロン・スクール(株)こころ 代表取締役

参加料：500円

動きやすい服装でお出で下さいね！



お待ちしております！



FUTAGAMI

有限
会社

二神石油ガス

熊本市南区田井島2-1-14

096-378-3644

