

今日からできる！

最高の姿勢作り

無料
開催

高村病院

運動の専門家が教える
きれいな姿勢を作る

たった1つのコツ

こんな人に
おすすめの内容です

- ☑姿勢が気になる
- ☑腰が痛い
- ☑肩がこる
- ☑お腹が出てきた
- ☑体がかたい
- ☑長く歩けない



伊丹一帆 理学療法士（左）
辰巳博俊 理学療法士 / 健康管理士（中央）
大井勇 理学療法士 / 健康運動指導士（右）

場 所：はびきのコロセアム

日 程：2021年10月18日（月）13:30～14:30

定 員：30名

対 象：姿勢を良くする為の運動方法が分からない方

持ち物：マスク・動きやすい服装・上靴・飲み物・着替え

①参加される方は 身体に異常が無い事の確認をお願いします。

②負傷等の事故があった場合、応急処置は行いますがその後の責任は負いかねます。