

あなたの
なぜ？なに？
に答えます！



講師：佐藤崇子

3 軽エクササイズ®復習会

2022年11月6日(日)オンライン開催



講師：林部美代子

あなたのお困り事は何ですか？

- ・ 3 軽エクササイズの解説
(体操のやり方、ポイントを復習)
- ・ 3 軽エクササイズの伝え方を復習
- ・ 3 軽エクササイズの疑問・質問に
お答えします

〈スケジュール〉

- ① 9:30～10:30 腰編
- ② 10:45～11:45 肩編
- ③ 12:00～13:00 膝編

〈受講料〉

- 1 講座：1,500円
- 2 講座：2,700円
- 3 講座：3,900円

お問合せは
↓ 綿谷まで



講師：綿谷千鶴



復習会の詳細
お申込みQRコード

