

シェイプ・アップ!

体調改善運動(セルフ・コンディショニング)

スポーツのパフォーマンスの向上、疲れにくい身体、また様々な不調(こり・むくみ・肥満・慢性痛・冷え)を解消します。

特定非営利活動法人

日本体調改善運動普及協会 (NCA)

日時

2月22日(土)

10:30~12:00

会場 瀬野川公園管理センター

参加費 1人 500円

定員 15名(先着順)

講師 プロフェッショナルコンディショニング
インストラクター (PCI)

臼井 吉治



- ・当日は、運動のできる服装でお越しください。
- ・バスタオルを持参してください。



今、メディアも注目しています。



〆切2/14(金)

【申し込み先】

瀬野川公園管理センター
TEL・FAX(082)894-3210

【申し込み方法】

申込書に記入の上、FAXで申し込んでください。
電話での申し込みも受付けています。

印刷

シェイプ・アップ! 体調改善運動 [参加申込書](#)

お名前	フリガナ	性別	年齢
		男 女	才
ご住所			
連絡先Tel			