

すこやか健脳体操



テレビでも紹介、今話題の脳活性化
【シナプソロジー】と
肩・腰・膝の機能アップの体操教室

毎週木曜日 10:00～11:00

場所 RICアメリオ 参加費 500円



講師 石井誠
健康運動指導士
介護予防主任運指導員
シナプソロジー教育トレーナー

RICアメリオ TEL 761-6510