

令和5年度ソレイユさがみ市民企画講座

「身体の歪みは股関節が原因」

～改善のワンポイントアドバイス～



令和5年12月10日(日) 14:30-16:30

日常生活の癖や身体の偏った使い方により、股関節が歪み、総合的なバランスを崩し、様々な不調を作り出しています。自分でできる身体の矯正について学びませんか。

講師

井上 博幸さん（整体/療術師 歴30年以上）

内容

- ・股関節のズレと不調の関係
- ・ご自身の姿勢・歪みを知ろう
- ・股関節矯正セッション

会場

ソレイユさがみ セミナールーム1

定員

20名

参加費

無料

保育

2歳以上から未就学児まで（要予約・無料）

その他

動きやすい服装、スカート不可

企画団体

《グリーンコミュニティーについて》

環境保全活動及び様々なボランティア活動を通じて、グローバルな視点で活躍できる地球市民（Global Citizen）の育成を目的とします。



11/5(日) 申込開始

主催・お問い合わせ・お申込み ソレイユさがみ

〒252-0143

TEL: 042-775-1775 / FAX: 042-775-1776

143 相模原市緑区6-2-1 シティ・プラザはしもと内

〒252-0143 相模原市緑区6-2-1 シティ・プラザはしもと内