



スポーツメイト白石蔵王から 【健康】をオンライン配信★

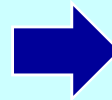
★オンライン★

フィットネス★健康講座



【Zoom】にて 無料開催！

●土曜日 14:15 ~ 15:45



ミーティング ID: 932 1311 6347 ・ パスコード: 391473



【公式  YouTube チャンネル】で

終了した講座の内容をご覧頂けます！



講師 NOBU 高橋 (株式会社 FIT-R 健幸工房 代表取締役)

<2021 年 4 月 内容>

① 肩甲骨の機能を学ぼう！ (4/3、4/10 ※両日 同じ内容)

② 脊柱の機能を学ぼう！ (4/17、4/24 ※両日 同じ内容)



スポーツメイト白石蔵王 白石市旭町 5 丁目 1 番 45 号

●TEL : 0224-25-1522 ●HP : <http://sportsmate-zao.com/> ⇒

