

第6回

元気に過ごそう!

理学療法士
が教える

健康体操

参加費
無料
(先着6名様)

その歩き方大丈夫? 健康体操教室

理学療法士が膝を伸ばす筋力や体重を支える膝周りの筋力、歩くのに必要な歩行能力をチェックし、効果的な体操を一緒に行います。

2025年

日時

10月23日(木)

14:00~15:00

受付 13:30~

講師

医療法人社団めぐみ会 リハビリテーション科
理学療法士 片岡 磨耶



i 申込事項

場所

杉並堀ノ内クリニック リハビリ室

〒166-0013 東京都杉並区堀ノ内 2-29-14 ライオンズマンション新高円寺 1F

申込

事前申込制 (参加ご希望の方は事前にクリニック事務までお問い合わせください。)

定員

6名

※先着順・定員になり次第締め切り予定

費用

無料



その他

飲料水持参のうえ、動きやすい服装でご参加ください。
※スカートでの参加はご遠慮ください。

主催：医療法人社団めぐみ会 リハビリテーション科

お問合せ先 杉並堀ノ内クリニック **Tel 03-5929-1611** 【平日 9:00 ~ 17:30】