

肩こり

ひざ痛

腰痛

# 腰・肩・膝痛 改善教室

神経痛

関節痛

姿勢  
改善

## 開催日時

- ・ 毎週月曜日 10:00 ~ 11:00  
※祝日・年末年始休館日は除く
- ・ グリーンピア岩沼  
スポーツハウス棟2階 ダンスルーム
- ・ 1回 500円 (別途施設使用料 130円)



その痛み、体を動かして改善・予防しませんか？