

教えて！荒井先生

講義テーマ ～膝の仕組みを知って、身体を動かしてみよう～



膝の解剖学や仕組みを学び、
ご自身の身体（膝の動き）について
理解を深めましょう！！

一緒に膝の体操を行い
予防できる身体を作りましょう！！

その他身体の不調などありましたら
最後の質問タイムで、
荒井先生へぜひお尋ねください！！



日時

10月29日（火）11:00～12:00

会場

鶴ヶ谷温水プール2階 会議室

料金

1,000円

対象

高校生相当以上

定員

10名（先着順）

持ち物

筆記用具、タオル、飲み物

講師

荒井 紀行（鶴ヶ谷温水プールスタッフ）

資格：柔道整復師・鍼灸師

10月6日（日）9:30～窓口・電話にて申込開始