



LUCIO
SPORTS
CLUB

NPO法人 リュシオ スポーツクラブ

ワンコイン
スポーツアカデミー



大人の健康教室

リンパ

体操



日常生活の中で、身体の痛みや動かしにくさでお困りの方、身体を動かしながらリンパの流れを整えて日頃の痛みをゆるめてみませんか。

日時 令和4年1月9日（日） 午後1時～2時30分

講師 城倉通浩先生 場所 社会体育館（北大出）
（整体師）

（以下の物をご用意ください）

動きやすい
服装

上履き
（運動靴）

飲み物

タオル

ヨガマット
または
大きな
バスタオル

お問い合わせ・お申し込みは令和4年1月7日（金）までに下記へご連絡ください。

NPO法人リュシオスポーツクラブ

Tel.0266-75-5103

Fax.0266-75-5107

E-mail npo-lucio.s.c@joy.ocn.ne.jp

<https://lucio-tatsuno.com/>