



## 空き状況

※午前:9:00～12:15 / 午後:13:30～16:45

月曜	午前 ○	午後 ○	火曜	午前 ○	午後 ○	水曜	午前 ○	午後 体験OK
----	---------	---------	----	---------	---------	----	---------	------------

木曜	午前 ○	午後 ○	金曜	午前 ○	午後 ○	土曜	午前 ○	午後 ○
----	---------	---------	----	---------	---------	----	---------	---------

※水曜日の午後は開講していませんが、体験は受け付けております。  
 水曜日の午後以外での体験も随時受け付けております。

## 平行棒リハのご紹介！



柔道整復師  
 福本トレーナー

歩行に必要な筋力を効率よく鍛えます！立位の運動も新しく取り入れています！