

10月24日(木)

15時00分～16時00分
(受付 14時45分～)

先着
50名

肩こりを減らそう！

今日から始めるテニスエクササイズ！



会場：板橋中央総合病院
講堂

講師：リハビリテーション科
理学療法士

まなべ ともひろ
眞鍋 智泰



最近、肩が張る。こって痛い…
その悩み今からでも解決できるかもしれせん。
未経験者でも出来るテニスの動きで、
家でも簡単にできる肩こり解消法を
お伝えします！

ご参加希望の方は講座前日
17時00分までにご予約を
お願いいたします

窓口：板橋中央総合病院
C館1階 企画広報室
(オレンジカウンター横)

TEL：03-3967-1181
(内線 3170)

WEB：こちらのQRコードから
お申込みください。



IMS(イムス)グループ 医療法人社団 明芳会

板橋中央総合病院