

始
め
ま
し
た
!



「運動なんでも相談!!」

～ あなたの体が運動でどう変わるかを一緒に探してみませんか?～

時間・約30分間です

料金・1,080円です

- * 当院診察券・検診ターナーのない方は、3,240円となります。
- * 当院受診日に相談はできません

相談ですので
お気軽に
ご希望の方には
プライベート
レッスンします!



まずは: 事前電話予約(健康管理センター 0766-44-1250)

当日流れ:

- ① 健康管理センター(病院2階) 受付・会計

質問紙の記入



- ② 運動指導室(4階)へ

- * 相談例: 歩き方・運動法・運動情報等
- * 動作など実践法のアドバイスご希望の方は、内履き持参の上、動きやすい服装でお越しください。



～相談者の声～



誤った知識のまま、ウォーキングしていたため考えさせられました。 S・Nさん

今日教えていただいたことを、実践してシェイプアップにつなげます!
H・Nさん

