

# 羽村市スイミングセンター初！！

予防医学の**カイロプラクター**がお伝えする

骨盤の歪みを自分で整えられる

**ゴムバンド体操** 教えます！

カイロって何??  
体験してみたいけど  
高そう。。。  
今回のレッスンで  
解消できます!!

あなたの「痩せない」 「身体の調子が良くなるらない」

➡実は「**骨盤の歪み**」が原因だった！



日時 3月3日,10日, 24日,31日 (日)  
時間 11時~12時  
場所 2階 会議室  
参加費 ¥800-  
定員 20名 (先着順)  
持ち物 運動できる服装、タオル

ゴムバンド骨盤体操で、自分で身体の歪みを改善しませんか？