

Mind

Body

Life

一緒に整えていきましよう。

ココロとカラダどちらもあなたらしく、しなやかに生きるための  
がんサバイバーのための 運動コミュニティ

大阪国際がんセンター認定「がん専門運動指導士」と行う  
がんサバイバーのための・・・

やさしい

# 「ストレッチ&ピラティス」 教室

がんの治療中や治療後の体力回復のために優しく身体を動かしませんか  
お気軽にご参加下さい!

2025年 5月12日(月)  
11:00 ~ 12:00



講師 八尋敦子

- ・大阪国際がんセンター認定  
がん専門運動指導士
- ・健康運動指導士
- ・理学療法士

お申し込み受付、キャンセルは5月11日(日)まで  
お申し込みはお電話で ☎ 045-316-8622



住所 横浜市西区岡野2-15-1

※セミナー当日の緊急連絡先 070-4238-8115

申込受付時間

火曜~金曜 11:00~20:00

土曜 11:00~18:00

日曜 11:00~17:00

