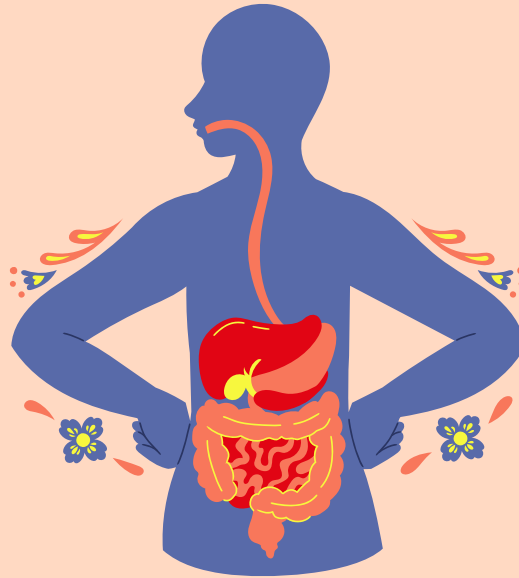


女性の不調と薬膳 シリーズ ～便秘～



2026年9月3日(木)
10:00-11:30

**若い時から悩んでいる方も。
年が重なって気になり始めた方も。
東洋医学で原因を考え、薬膳で解決、ヨガで体スッキリ！**

講師：石見
(公認ヨガインストラクター)

場所：多目的室
(シンコースポーツ寒川アリーナ)

参加料：500円(現金/税込)

定員：先着20名 事前申し込み制
やむを得ない場合も必ず

持ち物：筆記用具、
あればヨガマット

キャンセルのご連絡をお願いいたします。
満員の場合にはキャンセル待ちをお受けします。

お問い合わせ・お申込み シンコースポーツ寒川アリーナ(寒川総合体育館)
Tel: 0467-75-1005