

講座番号
12

講座名
免疫力アップ・体質改善～足もみ健康講座

日時 6/11 7/2（金） 10:00～11:00

場所 豊明市文化会館 ギャラリー3 回数 2回

定員

20名

講師名

すぎおかのぶひこ
枚岡信秀

『安全・簡単・即効性』を実感！

だれでも簡単にできる足もみ健康法で
自分の健康は自分で守る！

- ①なんで足をもむことが健康に良いの？
- ②即効性体験
- ③Let's try 足もみ
- ④症状別の足もみをマスターしよう！



プロフィール

若石健康法 認定プロ

受講料

1,400 円

教材費

200 円

持ち物

ヨガマットまたはバスタオル
ハンドクリーム or ボディクリーム
筆記用具