

女性限定！少人数でおこなう

# 骨盤底筋体操教室

9月18日・10月23日（水）  
11月20日・12月11日（水）

13:45～14:45

※13:30から受付を開始します

まついハートクリニック 2階リハビリ室

先着  
5名

椅子に座って行う体操です！  
呼吸に合わせたストレッチを行いながら  
骨盤底筋を動かしていきましょう

参加費 | 1,100円(税込)  
動きやすい服装でお越しください



予約  
方法

受付にて予約を承っております。  
診察券のご提示をお願い致します。

まついハートクリニック TEL 048-756-7722