令和5年度生涯学習市民講座 筒井健康セミナー

~ 腰痛や肩こり等の治りづらい症状に特化した ~

背骨コンディショニング



★ 講師 白井 俊光 氏

学校法人 国際学園 九州医療スポーツ専門学校 生涯スポーツ部 部長

老若男女問わず、背骨の歪みを整え、不調を改善する運動プログラムです。 腰痛・肩こり・膝の痛み・内臓の不調をはじめとする様々な症状は背骨の歪 みから発生します。背骨には、脳と全身の臓器・器官をつなぐ神経の束が 通っているので、背骨を整えることで神経の伝達が正常になり様々な症状が

改善されます。





日時: 令和6年2月7日(水) 13:30~15:00 (無料)

会場: 筒井市民センター 多目的ホール (八幡西区山寺町6-30)

持ってくるもの: バスタオル、飲物

お申込み: 筒井市民センター 電話:(093)641-3470