

おうちで簡単ケア、  
セルフ灸を学ぼう！

# お灸クラブ

症状に応じたツボを学び、セルフ灸でツボを刺激します。リラックスできる広い空間で、自分の身体と向き合う時間を作りましょう。

10/8 (金)  
12:15 ~ 12:45

腰痛 

10/14 (木)  
12:15 ~ 12:45

膝痛 

10/25 (月)  
12:15 ~ 12:45

肩凝り 

会場

M's Conditioning Complex  
セッションルーム

参加費

1,000 円 (税込み)  
※セルフ灸持参の方は **500 円引き**

定員

5 名 / 要予約



申し込み・問い合わせ

06-6841-5724

