

9月2日（日） 10：00～ ココロとカラダの健康セミナー第1回

# 姿勢 シャキーン！おやこ教室

クリニカルカイロ・ラクロスさんとのタイアップセミナー。「姿勢シャキーンおやこ教室」を開催しました。  
32名の親子連れが参加し、姿勢チェックや姿勢の大切さを学びました。ご参加ありがとうございました！



クリニカルカイロ・ラクロスの沖本院長による、姿勢セミナー。姿勢が良くなると利点がいっぱい！おやこで真剣に聞いています。



正しくない姿勢だと、どうなるか実験しています。



身体のバランスチェック！



前屈どのくらいできるかな？



最後は一人一人正しい姿勢に治してもらって、気分一新です！

