



こんなお悩みはありませんか？

- ✓ 尿漏れ、頻尿
- ✓ 骨盤臓器脱
- ✓ 産後の尿もれ
- ✓ 姿勢に自信がない

# 骨盤底筋体操 体験教室

6月17日(水)

13:00~13:30

テーマ：腰痛予防のため  
ストレッチと運動実践！

場所：周東クリニック待合

**対象者**

骨盤底筋体操に興味のある方  
年齢は問いません

講師：プロトレーナー

(パーソナルトレーニング アルティメイトアクシスより招聘)

費用：無料

※動きやすい服装でお越しください

申し込み：当院受付またはお電話027-280-5550

先着15名までとさせていただきます