

第4回
ラサンテカフェ
La Santé caffè



足のむくみを 予防・改善しよう!!



「足がむくんで辛い、苦しい」、「なかなかむくみがとれない」
そんな経験はありませんか？
むくみの原因・メカニズム、また簡単な体操を含めた予防・改善
方法をお教えします！

日時

10月14日 土

開場 午後2時30分
講演会 午後3時00分
講演終了午後4時00分・閉会午後4時30分予定



みなみ あやか

南綾香氏

宝田整形外科クリニック
理学療法士

会場

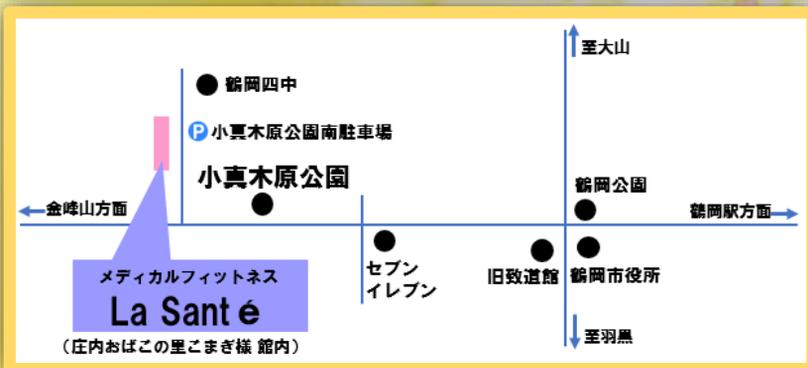
メディカルフィットネス
La Santé スタジオ

鶴岡市日枝字小真木原88-1
(庄内おばこの里こまぎ様 館内)

講師

★ 参加無料・予約不要 ★

ソフトドリンク・スナック付き
(無料)です♪ 気軽な語らい
の場・交流の場として、ぜひ
お気軽に足をお運び下さい♪



鶴岡市役所からおよそ3 km

ラサンテ

お問い合わせ メディカルフィットネス La Santé

TEL 0235-64-8858