

女性限定  
セミナー

不妊症看護認定看護師・助産師とパーソナルトレーナーによる

## 女性のライフサイクルと健康 ～「自分らしく」を叶えるために～



全ての女性に今と未来の自分の身体を知っていただきたいセミナーです。  
「自分らしく」快適に過ごすヒントを探してみませんか？

日時：11月24日(日)13:30～15:30

場所：トレーニングラボ ウィニングショット  
大阪市中央区北浜東2-12-201

内容：生理とスポーツ・ダイエット  
妊娠する力とは 年齢と生活習慣  
自宅でできる妊活と病院へ行くタイミング  
体を温めるストレッチとセルフケア

講師



不妊症看護認定看護師・助産師  
山本和江  
山本助産院:株式会社ファミワン



パーソナルトレーナー  
永井英聡  
Training Lab WinningShot代表

申込：info@w-shot.jp お名前と参加人数をご記入ください

参加費：2000円

## 女性限定セミナー 女性のライフサイクルと健康

生理不順や生理痛にお悩みの女性ランナーはとても多いです。なかなか人には聞きにくい内容を女性限定でセミナー開催いたします。快適なランニングライフを送るためにヒントを探してみませんか？

イベント名	女性限定セミナー 女性のライフサイクルと健康
開催日	2019/11/24
受付開始	13:30 ~
申込料	女性セミナー 2,000円
支払方法	会場払い
開催場所	トレーニングラボ ウィニングショット
住所	大阪府大阪市中央区北浜東2-12-201
主催者	Viento Running Club
お申し込み	イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！ <a href="https://moshicom.com/35789">https://moshicom.com/35789</a>



MAP

