

9月の運動教室

## 足が速くなる！！ 走り方教室

今年も運動会シーズンがやって来ました。  
整骨院では運動会でお父さんが張り切って走って  
肉離れして来院されるという事がよくあります。  
ケガをする前に！足が速くなり楽しい運動会にするために！  
走りについて学んでみませんか？

日時：**9/24(土) 朝 7:30～8:30**


場所：**扇町公園**

参加費：大人 1500 円 / 中学生以下 1000 円  
持ち物：運動出来る格好・飲み物・タオル

☆内 容☆

- ・ケガ防止の為の体操 (ストレッチ)
- ・走る時に必要な関節周りの動き作り
- ・速く走るためのトレーニング

※運動中以外はマスクの着用をお願いします。  
お申し込みは、お申込みフォーム (QRコード)  
または整骨院ホームページまたは受付まで  
主催：まつもと鍼灸整骨院 TEL.06-6319-8585



## 足が速くなる！！走り方教室

今年も運動会やスポーツイベントのシーズンがやって来ました。張り切って走って肉離れなどの怪我をする前に！大会の自己記録を更新したいという人！その他スポーツの運動動作でお困りの人！走りについて学んでみませんか？

イベント名	足が速くなる！！走り方教室
開催日	2022/9/24
受付開始	7:15 ~
申込料	参加チケット 1,500円 参加チケット(ジュニア) 12歳以下:1,000円
支払方法	会場払い
開催場所	扇町公園メインランド
住所	大阪府大阪市北区扇町 1 丁目 1
主催者	まつもと鍼灸整骨院
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/75834">https://moshicom.com/75834</a>

