

体験

足裏バランス健康法 カサハラ式「外反内反・浮き指」改善

KA SAHARA



足裏バランス研究所著作権©

足に関心がないのは、健康に関心がないのと同じ！
現代人の子どもから大人まで激増する足裏の異常「外反内反」「浮き指」「アーチ不足」。
足裏の異常があると、足指が踏ん張れないためカラダ全体が不安定になり、ひざ・腰・首などの痛みや不調など、『未病状態』の原因に。
特に40歳以上のひどい変形などを伴う場合、それは「ヘバーデン」が関係していたのです。「ヘバーデン」を全身でみた場合、60歳以上の5人に1人。ヘバーデンは手の指先以外にも足・足首、ひざ、股関節、腰、背中、首にも起こります。
体の土台である「足裏から全身を、重力とのバランスを整える」と自然と正しい歩行が促され、姿勢が良くなります。
足・ひざ・腰・首の痛みや不調は『未病』のうちに改善しましょう。

足から健康になる

詳細は下記連絡先までお問い合わせください。
※受講料には維持管理費が含まれています。 ※一部の講座の受講料には音楽著作権使用料が含まれています。
※内容・日程は変更になる場合がございます。ご了承ください。
※講座により募集締切日が異なりますので、お問い合わせください。
※お申込み人数によっては、開講中止となる場合がございます。予めご了承ください。
※ホームページからお申込みいただけます。⇒ www.chunichi-culture.com/chiryu/



登録料
不要

【講師】カサハラ式公認講師
あないくみこ
【開講日】3月8日(月)
10:30~12:00
【受講料】3,685円(税・教材費込)
【持ち物】筆記用具、
素足になれる服装
(講座内で特典の靴下を履きます)



知立 中日文化センター 〒472-0045 知立市長福町大山 18-1 キョウワエピア知立店2階 ☎0566-82-2772
10:00~19:00(水・土曜は18:00まで、第2・4日曜は15:00まで、第1・3日曜は休所)

★4月開講新講座のご案内★【カサハラ式「足から未病」改善 外反内反・浮き指・アーチ不足を整える】
* 受講日…第4月曜10:30~12:00 * 受講料…全3回分11,055円(税・教材費込)
◆中日文化センターへ初めてご入会される方は、登録料550円(税込)別途必要

知立中日文化センター 1dayセミナー受講申込書

※太枠の中をご記入ください。

(窓口用)

3/8(月)【体験】 足裏バランス健康法 カサハラ式「外反内反・浮き指」改善		
フリガナ		性別
氏名		男・女
住所	(〒 -)	
電話番号	自宅・会社	() -
	携帯・Fax	() -
生年月日	T・S・H・R 年 月 日 (歳)	
申込動機	1. 折込広告 2. 総合ガイドブック 3. 新聞 4. 講師紹介・web 5. 家族・知人 6. ダイレクトメール 7. 店内広告 8. その他 ()	
購読紙	1. 中日 2. 読売 3. 朝日 4. 日経 5. 毎日 6. その他 ()	
備考		
会員番号	受付日 /	担当者