

柿乃市限定 ✨ スッキリ体ほぐし 筋膜リリースセラピー - Myofascial Release Therapy -

- 🍊 日時：3月18日(土) 10:00~13:00
- 🍊 場所：佛子園 柿乃市GOTCHA!ブース
- 🍊 料金：500円 (お一人15分程度)

柿の市とは…毎月1回開催される朝市。
様々なお店が出店されますのでお立ち寄りください!!
出店して下さる方も募集中!

筋膜リリース

筋肉を覆う筋膜の委縮・癒着を剥がしたり、
引き離したりこすったりすることで
正常な状態に戻すことです。
専用のツールで痛気持ちよくほぐします！
ご体感ください。



担当トレーナー

野竹 厚(のたけ あつし)

健康運動指導士

