

Health &  
Natural Beauty

ヘルス&amp;ナチュラルビューティ スポーツプログラム

美しい姿勢と歩き方！

# プライマリーウォーキング® セミナー



## 講師プロフィール

プライマリーウォーキング®  
認定指導員

## 島田 祐輔 氏

柔道整復師、ゴルフフィットネス  
トレーナー、機能改善トレーナー。  
1986年(昭和61年)6月2日、長野  
県に生まれまる。小学校の頃にけが  
で通っていた接骨院の先生の、『手  
で人を治す』という仕事に感銘を受  
け、柔道整復師の道を目指す。痛み、  
不調を取りのぞき健康増進させ患者  
さんの人生を豊かにする事を目的に、  
平成30年2月15日より静岡市葵区  
鷹匠にて「しま整骨院・整骨院」を運  
営。プライマリーウォーキング® 認定  
指導員として、指導にあたる。

プライマリーウォーキング® は『鍛えない』『頑張らない』  
『力をいれない』。  
赤ちゃんの初期歩行をモデルとした、より少ない筋力で  
立って・歩く歩行療法の為老若男女問わず簡単に始めら  
れるプログラムとなっております。  
皆様お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

新型コロナウイルス感染症拡大対策として、お客様および職員のマスクの  
着用・アルコール消毒などによる衛生管理や体調管理を徹底したうえで、  
予約制にて実施させていただきます。

日時

2022年3月18日(金) 13時30分開場  
14時00分開始

場所

札の辻クロスホール  
〒420-0031 静岡市葵区呉服町1丁目30番札の辻クロス6階

参加費

無料

お申込

日本ロングライフ お客様相談室へお電話にてお申込み

 0120-550-294 ここわ ふくし  
年中無休 9時～18時

締切

3月15日(火)まで

## ロングライフはヘルス & ナチュラルビューティ

人生100年時代。どれだけ健やかに、自由に日常生活を送ることができるか。

スポーツ、フード、ビューティの各分野に第一人者を迎え、ロングライフ独自で開発した  
「ずっと健康に」「ずっと美しく」ありたいという願いを叶える先進的メソッドです。詳しくは  
WEBで