

18

寒い冬にくっすり眠るための改善策講座

冷え症、寒がりの方に、たった1分間だけで効果抜群の「くっすりストレッチ体操」を伝授します。冬の眠りのお悩みをいっしょに解決しましょう。



1/16(土)、17(日)、22(金)、2/3(水)
各日とも10:30~11:30

- 会場:自分の店
- 対象:どなたでも
- 材料費:なし

- 定員:4名
- 講師名:睡眠環境アドバイザー 竹尾巧一
- 持ち物:筆記用具等

ふとんの平野屋

☎0532-52-6449

住 所 ● 豊橋市呉服町55

受付時間 ● 9:00~18:30

定休日 ● 年中無休(臨時休業あり)