

タイガー健康くらぶ

住み慣れた地域であなたらしく生き生きと暮らしていくために・・・

タイガー健康くらぶは、和歌山市の介護予防・日常支援総合事業「短時間型通所サービス」を行います!!

平成31年2月1日(金)
オープン!!!

柔道整復師による
整体・ストレッチ・筋カトシ

安心の送迎

喫茶タイム♪



代表・リハビリ担当
中元英隆

国家資格である柔道整復師の資格を持ち、整体師・機能訓練指導員としても活動しています。

皆さんの健康に貢献できるよう、本格的な整体をはじめ、各種ストレッチ・トレーニングメニューをご用意してお待ちしております!!

皆様が楽しく元気に過ごしていただけるよう、サポートさせていただきます!
一緒に楽しい時間を過ごしましょう!



スタッフ
中元ゆみ

要支援1・2、事業対象者の方を
対象に募集しています!!

※各日とも定員人数に限りがございます。
早めのご相談・ご連絡をお待ちしております。

★基本的な流れ★

- 13:00～ 健康チェック
体操
レクリエーション
- 14:00～ 整体
ストレッチ
筋カトシ
- 15:00～ 喫茶
談話
- 15:30～ お送り

◆ご相談・問い合わせ◆

合同会社HYT タイガー健康くらぶ

代表 中元英隆

住所 和歌山市粟14-4

電話 073-453-1055