

外反母趾、巻き爪、O脚、冷える、歩くとツライ、疲れる、つまずく、足に合う靴・中敷きがない

足・靴・歩行・転倒にお困りの皆さん！

フットの会の講座に参加しませんか？

快適に歩きたい！

女性の一生を支える

足と靴の大切な知識

“知識とコツ”だけで 参加者の皆さん…

足が「軽い！」「速い！」 歩幅が「広がる！」

背筋が「シャンとする！」

長距離も「ラク！」 靴選びも「一人でラクラク！」

目からウロコの方法、ぜひ一度お試しください

主催：フットの会

時間：2017年10月29日（日）13時半～16時

場所：東京ウィメンズプラザ（東京都渋谷区神宮前5-53-67）第1会議室A

東京メトロ銀座線・半蔵門線・千代田線・表参道駅 B2出口から徒歩7分

参加費：500円

持ち物：ひものある運動靴・スニーカー、金属メジャー、タオル

申し込み：必要（空きがあれば当日参加可能）

保育あり：先着順

こちらの講座参加は、女性に限らせていただきます。

申し込み先 電話：080-3304-2802 メール [asizukuri\\_320@yahoo.co.jp](mailto:asizukuri_320@yahoo.co.jp) きよもと まで