



介護予防や体力向上！

好評 リハビリ特化型デイ RE-SH

リッシュなら続けられる！

理由①シンプルな動きだから続けられる

理由②優しくフォローしてくれるから

続けられる

合言葉は

リハビリして
エネルギーッシュ！



どんなリハビリができる？

使っていない筋肉を目覚めさせるマシン運動

姿勢を整えるストレッチポール®

カラダの内側から整える腹式呼吸・発声練習

足腰を鍛える平行棒運動 etc。。。

【スケジュール】

2022年9月21日現在

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------------------------|----|----|----|----|-----------|-----------|
| 午前 9:00~ 保険外10:00~ | 残2 | 満席 | 残2 | 残1 | 保険外 残3 | 残2 |
| 午後 13:30~ | 満席 | 残2 | 満席 | 残2 | 満席 | 保険外 満席 |

介護保険クラス180分 保険外クラス120分

各クラス定員12名

理学療法士・健康運動実践指導者

体験無料！

ヨガインストラクター・ノルディックウォーク認定指導員 等

資格をもったスタッフがサポートしています

▶▶▶ **どんなことでもご相談下さい！**



デイサービス&フィットネスRE-SH(リッシュ)

〒930-0010 富山市稲荷元町2-6-15

安心の送迎付き

TEL 076-432-6770 担当:津川(つがわ) FAX 076-432-6771