

5月新規スタート!!

整体と体幹トレーニング無料体験会

☆☆4月30日(金)10時から申込み開始します☆☆
北夙川体育館 ☎0798-70-2222へ電話申込み

無料体験日時：令和3年5月15日(土)
9:00~10:00(60分)

場所：北夙川体育館 3階 軽スポーツ室

対象：一般

定員：20名



★免疫力アップ★

★基礎代謝アップ★

★体幹強化★
(インナーマッスル)

自律神経を整え、眠れる身体へ血流を良くし、
便秘、冷え性改善、肩こり、腰痛もすっきり!!
膝への負担を軽減しましょう!!



《5月からの教室申込みについて》

講師：飯田 明子

※無料体験終了後から、教室申込みを開始します！

無料体験終了後に会議室にて説明会を行います。

10:10~受付開始

10:15~説明会 ※申込み多数の場合は、抽選を行います※

5月22日(土)から教室受講を希望される方は、5月分のお月謝1,500円をご持参ください!

★整体と体幹トレーニング★

教室時間/9:00~10:00(60分) 第1・3土曜日 月2回 3,000円