

肩こい解消ストレッチ

ツライ肩こり・・・ただでさえツライのに

寒いと気付かないうちに肩をすくめてガチガチに・・・**そんな方必見!**

簡単な動きで血流を良くして肩こりを解消していきます!

皆で寒い冬を乗り切りましょう!

12月21日(土) 14:00～15:00

2F会議室にて開催!



*定員：6名（先着順） *対象：成人（16歳以上） *料金：330円

（事前予約制・キャンセルの場合でもご返金できませんので予めご了承ください。）

12月6日(金) より1F総合受付にて受付開始!

皆様のご参加、お待ちしております!

※トレーニング室の登録証が無くてもご参加いただけます!

会議室
イベント

