

イベントのご案内

腰痛予防・改善クラス

4/14 (土) 9:30~10:00 担当:長野

4/23 (月) 11:40~12:10 担当:藤井



- ・腰痛に悩んでいる方
- ・運動の仕方がわからない方
- ・体力に自身のない方

そんな方におすすめ！30分で簡単に動かしてみましよう！

参加費無料！ 定員10名

3F コンディショニングセンターにて予約受付中♪