

美しい姿勢を維持するために必要な筋肉に刺激を与え正しい姿勢へ。

「効率良く全身の筋肉バランスを整えたい」

「シェイプアップや運動不足解消にも役立てたい」

「より良い姿勢を保持したい」方へ

オススメのプログラムです。

# 姿勢改善ヨガ

10月4日(金)スタート!

お申し込みは直接総合受付まで

無料体験会

9/20(金)

9/27(金)

開講時間

12:00~12:50

定員 20名

全11回

受講料

7,490円

お問い合わせ先

取手グリーンスポーツセンター

0297-78-9090

取手市野々井1299番地

