

骨盤ストレッチ

骨盤を中心に簡単体操♪
身体を整え不調を改善！



インストラクター 山崎

木曜日 武道場1(板)

日程

10月	11月	12月
9・16・23・30	13・20・27	4・11・18

時間

11時00分～12時00分（60分）

料金

事前申込：全10回 5,500円
当日申込：1回 650円

定員
30名

備考

急遽日程変更になる場合がございます。
教室開始後の返金は致しかねますので予めご了承ください。

お申し込み ⇒ 蕨市民体育館 受付窓口 ネット予約はこちら
お問い合わせ ⇒ ☎048-432-2611

