

こつぱん

# 骨盤

# ストレッチ



骨盤を中心に簡単体操♪  
カラダを整え不調をリセット！

インストラクター  
**山崎**

| 4月        | 5月      | 6月      |
|-----------|---------|---------|
| 2・9・16・23 | 7・14・21 | 4・11・18 |

11:00～12:00

木

**料金**

事前 6,500円/全10回

当日 750円

**定員**

25名

**場所**

1階 武道場1



※教室開始後の返金は致しかねます  
※急遽日程変更がある場合がございます  
※ご自身の体調管理の上、お申し込みください

【申し込み】  
受付窓口又は  
ネット予約→



蕨市民体育館 ☎ 048 - 432 - 2611