

# 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

	1月	2月	3月
	8・15・22・29	5・12・19・26	5・12

## 時間

11時00分～12時00分 (60分)

## 料金

事前申込：全10回 5,500円 定員  
当日申込： 1回 650円 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

