

姿勢エクササイズ



**講師：櫻井早苗
武道場2(畳)**

**猫背と反り腰を改善して、
正しい姿勢を手に入れましょう！**

日程：10月7・14・21・28日

11月11・25日

12月2・9・23日 月曜日

時間：11時30分～12時30分

料金：1回 500円

申込：窓口にて受付

**定員
25名**

備考：急遽日程変更になる可能性があります。

ご自身の体調管理の上、申込ください。

教室開始後の返金は致しかねます。

※熱中症対策で飲み物とタオルのご持参をお願いします。

お問い合わせ⇒☎048-432-2611