

歪み改善ゆるやか体操

～簡単にできる運動法～

簡単にできる運動法なので
楽しみながら骨盤の歪みを
正して健康になりましょう♪

曜 日 第1・2・3 木曜日

時 間 10:30～11:30

受講料 3,240円(月3回)

持参品 汗拭きタオル、水分、動きやすい服装、靴

講 師 NAOMI



体験レッスン受付中
レッスン料540円

お申し込み・お問い合わせ **きたみ春光文化教室** TEL0157-69-8511
COOPさっぽろ **きたみ春光店2階** (日曜・祝日除く ※事前にご予約ください)