

新規教室

\\体の使い方のプロが教える！／／

ボディーケアストレッチ

教室開催

心身健康のために少しでも体を動かしたい



肩こり・ひざ痛・腰痛が気になる

姿勢をきれいにしたい

こんな悩みをお持ちの方、一緒に体を動かしましょう！

ストレッチをすることで、けが防止に繋がります

【期 間】 毎週木曜日 (7/6 スタート!)

【時 間】 12:30~13:30

【対 象】 16 歳以上

【定 員】 14名

【持ち物】 室内履き・タオル・飲料等

【参加費】 500円

【場 所】 熊川地域体育館・会議室

★申込予約不要。教室開始15分前に、熊川地域体育館
玄関へお越し下さい。

(定員を越えた場合は抽選を行います。)



シンコースポーツ株式会社