

26年4月新設！ ～ファンクショナル ストレッチ45～

26年4月より新規開講！効果的・機能的なストレッチで
いつも頑張る自分を労わりませんか？ぜひお気軽にご参加ください。



クラス名
ファンクショナルストレッチ45

実施日時
水曜日 21:20～22:05

担当インストラクター
飯山 大輔

- 対象：どなたでも
- 内容：ストレッチ前後で変化がわかる！**機能改善**ストレッチで
当日の疲れはもちろん、**根本から日常で疲れにくいカラダづくり**
を目的としたクラスです。
- 料金：880円(税込) **4月1日、8日のみ無料！**
- 定員：20名 **4月15日・22日限定500円！**
- 場所：Bスタジオ
- 予約：WEBシステムより予約。場所指定はございません。
(カウントには含まれません) フロントにてご入金ください。

《インストラクターより一言》

週の真ん中で、一度リセットをして、気持ちよく1週間を過ごしませんか？継続して行っていくことで、日々のコンディショニングが安定して、動きやすい身体を手に入ります！

ちょっと疲れた日のケアにも◎