

# バランスディスク

～カラダのバランスを整えます～

身体の歪みを整え、バランスディスクを使用して腰痛、肩こりの改善を目指しましょう！



定員30名

いつまでもいい姿勢で過ごしたい・・・

肩こりや腰への負担を軽くし、**ケガもしにくくなる**！

姿勢を改善すると**血流が良くなり**、美容効果も！？



少人数制でわかりやすい指導

【日時】 2月23日(金) 12:30～13:30

【料金】 550円(税込)

【場所】 スタジオ2

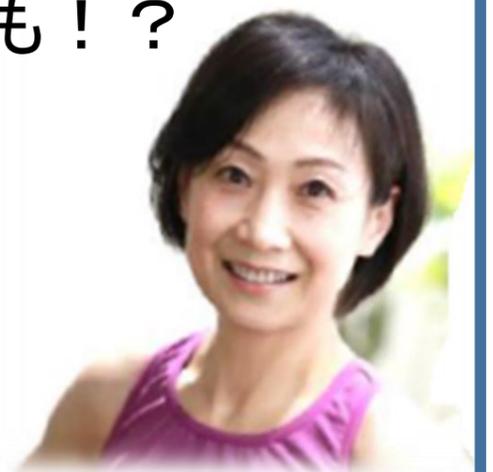
【申込】 ぐんぜ会員**2月12日(日)10:00**よりフロントにて

受付を承ります。電話での申込は**2月12日(日)**

**11:00**より。TEL **072-755-3119**

※キャンセルは、**2月22日(水)18時**までにご連絡下さい。

当日キャンセルは、返金致しません。**(2月22日までは全額返金)**



【担当】 豊田純子