

# 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！

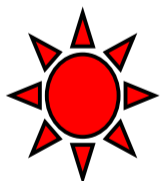


定員30名

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】 3月21日(火) 14:15～15:15

【料金】 550円(税込)

【場所】 スタジオ2

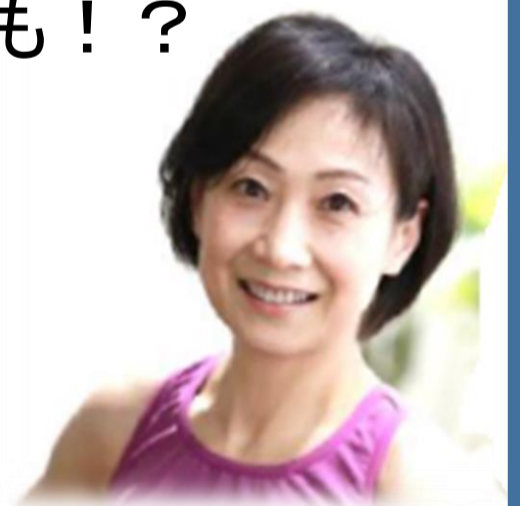
【申込】 ぐんぜ会員**3月11日(土)10:00**よりフロントにて

受付を承ります。電話での申込は**3月11日(土)**

**11:00**より。 TEL **072-755-3119**

※キャンセルは、**3月19日(日)16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。



【担当】 豊田純子