

健都ウェルネススクール

GUNZE
SPORTS

ストレッチ

運動後にちゃんとした
ストレッチできていますか？
身体をケアしてから
家に帰りましょう！



担当講師：竹原

9/16 (水)
13:00～14:00

定員：10名

身体の柔軟性の維持と向上
関節可動域の改善と維持

ケガの予防
筋肉疲労の回復

身体の痛みをやわらげる
心身をリラックスさせる

【参加費】 会員様…1,100円(税込)
非会員様…1,650円(税込)

- ・開催日に関係なくいつでも予約・申込ができます！
- ・お申し込みは、フロントまでお越しください！
- ・お支払いは、開催日当日にお願い致します。

〒564-0018

大阪府吹田市岸部新町5番45号 ビエラ岸辺健都 5F
グンゼスポーツ 吹田健都

参加者募集

お問い合わせはこちらまで

06-6836-7319