

特別講座開催のお知らせ

テーマ：正月太りをリセット! 目指せ体脂肪率-3%!!
簡単チェアエクササイズの実践

内容：肥満は脳の機能が低下していると改善できません。脳の機能改善に効果のある簡単チェアエクササイズで1時間しっかり汗をかいて、脂肪燃焼と慢性疼痛の改善をしましょう。

日時：1月15日(水) 10:00～11:00
13:00～14:00
15:00～16:00

場所： 棕野店

料金：回数券1枚 定員：各10名

講師：理学療法士 小粥裕介

対象者：会員様ならどなたでもご参加頂けます!

※参加希望の方は受付にて回数券をご購入の上お申し込み下さい。

回数券は1枚750円(税込)です。

ご予約
お問合せ

 長府店 ☎ 083-242-1090

担当 藤

 棕野店 ☎ 083-242-0054

担当 森