

筋膜リリース de 美ボディ

新教室

★無料体験会開催★



【開催日】 11/19、11/26 (木)

【時間】 18:50~19:50

【定員】 各24名 先着順

【場所】 2階 多目的ホール

【申込方法】 電話・FAX・施設窓口にて

【申込開始日】 11/3 (火) 10:00~

Check!
👉

内容

筋膜リリースをメインにピラティスやストレッチを実施していきます。

姿勢改善を行うことで、美しい体のラインをGET!!

激しい運動ではないので、初心者の方にもおすすめです☆☆



久留米市民温水プール (指定管理者: シンコースポーツ九州・アズビルグループ)

◆福岡県久留米市上津町2199-39

◆TEL: 0942-21-2040 ◆FAX: 0942-21-1140