

サンライフ袋井

短期講座のお知らせ

令和5年

6▶7月

サンライフ袋井にて、令和5年6月から7月にかけて、夜開催の下記の短期講座を予定しております。
皆様のご参加をお待ちしております!!

講座名	日	時間	定員 (先着順)	受講料 (材料費含む)	内容
背骨コンディショニング(全6回)	6月8日・15日 6月22日・29日 7月6日・13日 (全て木曜日)	19:30~ 20:30	16名	3,000円	固まった関節をゆるめる、歪んだ骨を矯正する、歪まないように筋力をつける。3つの要素で不調の改善を目指す。(講師:山口紋子さん) 持ち物: ヨガマット、フェイスタオル、飲み物



背骨コンディショニング(全6回)

図・写真はイメージです。

◆◆ 申し込みについて ◆◆

- 申込開始日: 令和5年5月14日(日)から、受付時間: 午前9時~午後8時30分
- サンライフ袋井の受付まで直接、もしくはお電話にてお申し込みください。
- 講座は先着順となります。定員に達し次第募集終了となります。
- 申し込み人数が少ない場合、教室が開講しないことがあります。

◆◆ サンライフ袋井 連絡先 ◆◆

電話 : 0538-43-5051 (毎月第4月曜日休館)
ホームページ : <https://sunlife-fukuroi.jp>

**5月14日(日)から、
申込開始です。**