

からだ メンテナンス教室

“筋膜リリース”
こわばった筋膜をほぐし
からだスッキリ

“姿勢改善”
腰痛・肩こりなどを
改善させるカラダづくり

日常生活を
もっと楽に
過ごしたい方へ

毎週月曜日 11:15～12:15

※祝日・年末年始休館日は除く

参加費：1回 500円
(別途施設使用料130円)

場 所：グリーンピア岩沼
スポーツハウス棟2階ダンスルーム

グリーンピア岩沼

岩沼市北長谷字切通1-1

TEL0223-25-5122

お気軽にお問い合わせください