

ストレッチポールひめトシ

ストレッチポールひめトシを使い、骨盤にアプローチする簡単なエクササイズです。

- 日程
① 4月 6日(月) 申込締切3月27日必着
② 5月11日(月) 申込締切4月29日必着
③ 6月 1日(月) 申込締切5月22日必着
④ 7月 6日(月) 申込締切6月26日必着
⑤ 8月 3日(月) 申込締切7月24日必着
⑥ 9月 7日(月) 申込締切8月28日必着
- 時間 13時30分～14時30分
- 会場 スパランド裸・楽・良2階スタジオ
- 定員 各15名 ※最小催行人数8名、定員を超えた場合は抽選
- 参加料 各500円 ※参加当日に限り、入浴(水着浴含む)無料
- 申込方法 専用申込用紙に必要事項を記載のうえ、直接持参されるか、FAX、メールにてお申込みください。
- 申込先 スパランド裸・楽・良(鹿児島市東俣町1450番地)
健康づくり講座担当
TEL 099-245-7070 FAX 099-245-7088
Mail kenkouevent@spa-rarara.com

ストレッチポールひめトシ

申込日 令和 年 月 日

ふりがな		
名前	男 ・ 女	
住所		
電話番号 メールアドレス		
生年月日		
参加希望日 ※〇を記入してください	4月 6日(月)	5月11日(月)
	6月 1日(月)	7月 6日(月)
	8月 3日(月)	9月 7日(月)