

美・骨盤ヨガ

身体の歪み、こりをセルフチェックし、毛細血管を刺激して
体温や代謝をUP。腸の活性化で中からデトックス&若返りを目指し、姿勢や骨盤
を調整しながら女性特有の不調を改善します。

講師: 銭場 弥生 (女性のための募集になります)

時間: 11:00~12:00 定員各 60 名

場所: 大宮武道館



1レッスン 880 円 × 教室回数で計算、2 カ月分を前月末までに前納 していただきます。
曜日によって教室回数が異なります。その他についてはスタッフにお問い合わせ下さい

10. 11 月の場合

月曜クラス 10/ 7. 21. 28 11/ 11. 18. 25 880 円 × 回数

木曜クラス 10/ 3. 10. 17. 24 11/ 7. 14. 21. 28 880 円 × 回数

※お申込みの詳細は、会場のスタッフか、下記事務所にお問い合わせ下さい。

NPO 法人 さいたまスポーツクラブ

さいたま市見沼区堀崎町 12-39



TEL 048-689-9235

FAX 048-797-5552

初回無料体験
出来ます



美・骨盤ヨガ 体験申込書 年 月 日

月曜コース 木曜コース (希望のコースにチェックを入れて下さい)

(ふりがな)

お名前 生年月日: S・H 年 月 日

TEL

見沼区・北区・岩槻区
その他

住所 さいたま市 大宮区・緑区・()