

健康フェスタ2021

会議室イベント

11/23(火)

美脚ピラティス

脚を中心に美脚効果を目的とした
ピラティスです！

時間:9:30～10:30

対象:18歳以上

定員:10名

参加費:880円

健康ヨガ

どなたでも気軽に参加いただける心と体を
リフレッシュできる健康ヨガ教室です。

時間:11:00～11:45

対象:18歳以上

定員:10名

参加費:880円

いきいきウォーキング

ウォーキングと簡単な筋力トレーニングで
ボディコントロールを促すレッスンです。

時間:14:00～14:45

対象:18歳以上

定員:12名

参加費:880円

**申込11/4日(木)から
皆様のご参加お待ちしております！**

※電話でのお申込みもできます。

フロント申込時に入金をお願い致します。

※定員になり次第締め切らせていただきます。