

筋膜リリース & 機能改善教室

筋膜リリースなどを含めた、身体の機能改善をする教室です。
筋膜をほぐしてあなたもスッキリ！初めての方もお気軽にどうぞ

筋膜リリースとは？ シンクにいうと、一般的なストレッチよりも簡単に
身体をほぐせるストレッチ法です。

日 程 : 8/2・9・23・30 9/6・13・20・27 全8回
時 間 : 14:00~15:00 1時間
場 所 : みづま総合体育館 軽運動室
料 金 : ¥4,320 (税込)
定 員 : 15名 (先着順)
申 込 : 直接窓口にて申込

久留米市みづま総合体育館
TEL 0942-65-1115 (9:00~20:30)
FAX 0942-65-1160

所在地 : 〒830-0112 久留米市三潯町玉満2593-1