

背骨コンディショニング 教室

日程:7月28日、8月4日 8月18日、25日 (計4回)

時間:11:30-12:30 (60分)

場所:第2スタジオ

担当:杉村みほインストラクター

料金:4回 会員4,400円 (税込) 会員外5,500円 (税込)

または1回参加の料金

会員料金 1,650円 (税込) 会員外料金 2,200円 (税込)

定員:15名 ※最少催行人数 7/24 (木) 20:00までに8名

申込:7月14日 (月) 12:00~ フロントもしくは電話受付

お申込みにあたり以下、ご了承願います。



- ・ 予約後、1週間以内のご入金
- ・ キャンセル返金は開催初日の前日まで/開催途中の返金なし
- ・ 参加者変更なし (参加者固定)
- ・ 会員外は着替えのみ都度ロッカーをご利用いただけます。

背骨コンディショニングとは…

「ゆるめる」「矯正する」「筋力をつける」3つの体操を行い背骨の歪みを整え、体の不調を改善するプログラムです。

効果…頭痛、めまい、首や肩のコリ・痛み、手足のしびれ
関節の痛み (膝・股関節)、腰痛など様々な症状の改善

ウェルネス新庄 ☎0745-69-9303