

背骨コンディショニング お試し体験会

日時:7月7日（月） 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: 60分 会員1,100円（税込）会員外1,375円（税込）

※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。

定員:15名 ※最少催行人数 7/5（土） 20:00までに8名

申込:フロントもしくはお電話にて受付中

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
- ・ 参加者変更なし（参加者固定）

持ち物：スポーツタオル等の長めのタオル

※骨折や外傷のある方、妊娠中（可能性を含む）方のご参加はご遠慮いただいております。



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