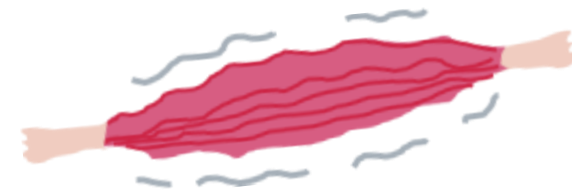


姿勢改善セミナー ～猫背編～



猫背のメカニズムを知っていますか…？



「猫背」を理解したうえで、
改善エクササイズと一緒に実践しましょう！

座学・実技でわかりやすく実践！
猫背が気になる方はぜひお申込みください。

■ 担当講師 ■
(ジムスタッフ)寺西



■ アシスタント講師 ■
(ジムスタッフ)川名



- 【日時】2023年9月23日(祝・土) 13:30～14:30(60分間)
- 【料金】1,100円(税込)※当日現金支払い
- 【定員】20名
- 【場所】2階 第1会議室
- 【持ち物】筆記用具・飲み物
- 【服装】動きやすい服装・運動靴
- 【受付方法】2023年9月3日(日)13時からお電話にて先着順で受付いたします。
※施設窓口での受付は2023年9月4日(月)より開始いたします。
- 【入場方法】総合受付で受講料のお支払いを済ませ、開始時間15分前より入室が可能です。
- 【注意事項】当日体温が37.5℃以上の発熱がある方、体調不良の方はご参加いただけません。
また、社会情勢によって内容変更や中止となる可能性があります。
予めご了承ください。