

リラックスしながら、ゆっくりと。
アロマストレッチ

ショップ
にて
受付中



アロマストレッチ教室実地

- 場 所** 小会議室
- 日 時** 毎月掲示
ミズノショップにてご確認ください
1回 400円
- 受講料** トレーニングルームご利用券をご購入の方は
無料で参加できます
- 定 員** 先着15名

コーチ紹介



立和名コーチ

<講師からのコメント>
無理せず、ゆっくりと体を動かし
体をケアする時間にしましょう

- レッスン内容
アロマとヒーリングミュージックが流れる中、リラックスして
ストレッチを行うことで全身の筋肉もケアします。
- 持ち物：動きやすい服装・飲み物を用意ください
- マットはお貸しします。

※同時にご利用いただけるトレーニングジムのお得なチケットも発売中!
(トレーニングジムご利用の際は初回時、トレーニング講習が必要です。)



大阪府立臨海スポーツセンター

指定管理者：ミズノ・南海ビルサービス

〒592-0006 高石市高師浜丁6-1
<http://www.mizuno.jp/>

●お申込、
お問合せ TEL:072-268-8351