

こども器械体操・ジュニア会員保護者様対象

パパママ30分クラス

首と肩回りのストレッチ&トレーニング

偏頭痛、肩こり、首こり等でお悩みの皆様。
首、背中、肩回りをストレッチで血液循環を
良くしスッキリしませんか？



モニター募集!!

モニター価格 1回 ¥500(税込)

※開催場所:ファイブM四条本校6F

日程

- ・8/20(金) 15:45~ 16:15
- ・8/24(火) 16:45~ 17:15
- ・8/26(木) 16:45~ 17:15
- ・9/1 (水) 15:45~ 16:15
- ・9/3 (金) 16:45~ 17:15
- ・9/8 (水) 16:45~ 17:15



【Web予約】



【ご予約】右記のQRコードよりWeb予約

【服装】動きやすいもの、靴下着用。(更衣室、ロッカー4Fに有り)

【お支払】当日6F体操会場で現金のみ。

【キャンセル】当日レッスン20分前までに四条本校へ電話ご連絡お願い致します。レッスン開始20分前以降のキャンセルにつきましては参加料金を頂戴致しますのでご了承下さい。

【お願い】お子様連れのご参加はご遠慮ください。

※モニター期間は、スポーツ障害保険に加入しておりませんのでご了承下さい。

※ご参加の状況を見て、10月以降の保護者様対象クラス開講やイベント実施の企画などを検討させていただきます。

明日の元氣と幸せを

ファイブM

