

保護者の皆様もストレッチクラスを受けてスッキリしませんか？
歪みが改善→血流が良くなる→肩こり首こり頭痛が解消！

パパママに
おすすめ！

肩こり解消 ストレッチクラス

<参加者の声>

- ・ジワ〜っと伸びてすごくいい！
- ・こどもの待ち時間に少人数クラスでとても助かります！
- ・簡単な動作だけどいろんなところに効いてる感じ。
- ・レッスン中は痛気持ちいい 翌日効いた実感あり♪



ストレッチクラスのご案内

対象：こども器械体操・ジュニア姿勢体幹
トレーニング保護者様
ウェルネス体操会員様・一般の方

場所：四条本校6階フロア

定員：各日 5名

服装：動きやすい服・靴下

※4Fフロントにレンタル有(有料) [申込みはコチラ](#)

料金：各1回 1,500円(税込)

予約：バスキャッチ申込フォーム

※各レッスン20分前までお申込み可

支払：引落とし(保護者様)
4Fフロントで支払い(一般の方)

キャンセル：各レッスン開始20分前まで
にバスキャッチキャンセルフォーム
にて。時間を過ぎてのキャンセルは
550円を頂戴します。



レッスン日時

【 レッスン時間 】

(水)15:45~16:15

(木)16:45~17:15

【 レッスン日 】

11月17(水) 25(木)

12月 2(木) 8(水) 16(木)

1月12(水) 20(木) 26(水)

2月 3(木) 9(水) 17(木) 23(水)

※日時はお申込状況により、事前にご連絡の上、
変更させていただく可能性があります。

※期間中に3回ご参加で
リラク・ストレッチ優待券
(マンツーマンストレッチ)
1枚プレゼント！



(株) ファイブM
075-255-4401

お問合せはお電話又は
四条本校4階フロント迄

お問合せ時間

(月)~(金) 9:30~20:00

(土) 9:15~18:00