

コンディショニング レッスン

～不可能を可能に、可能を楽に、楽を優雅に～

7月21日 MON

9:30～10:30

講師：渦古 恵美先生

こんな方に おすすめ

身体の

しなやかさ

柔らかさ

バランス

を取り戻したい

日常生活に

必要な

基本的な動きを

よくしたい

場所

第2体育室

対象

16歳以上

定員

20名
(先着)

参加費

500円

持ち物

動きやすい服装
室内シューズ
飲み物

お申込は
受付窓口
又は
お電話



078-751-0500

垂水区平磯1丁目1-56

指定管理者：S&Nスポーツマネジメント神戸

