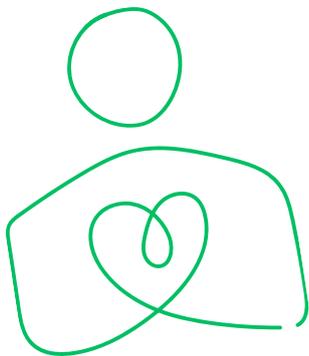


痛みの改善・予防を目指す 機能改善講座



～腰・股関節・膝の入門編～

毎日、温かく、柔らかく、軽い身体で快適に過ごすために
日常生活で出来る、安全で、無理のない身体の整え方を
解剖学や生体力学をベースに学び、日々の生活に活かせるよう
練習します！

今回は腰、股関節、膝にフォーカスしていきます！



日程 2025年2月7日/14日/21日/28日（全4回）毎週金曜日

時間 16:00～17:00（60分）

場所 スタジオA

担当 ヴェルデひとみ

料金 会員:12,320円（税込） / 非会員:13,200円（税込）

定員 15名 ※最少遂行人数 8名

申込期間 2025年1月11日（土）10:00～ 1月27日（月）迄

入金期間 2025年1月31日（金）12:00～ 2月7日（金）開始前迄

諸注意

- ・ 最少遂行人数に達しなかった場合は、閉講となります。
閉講の場合のみ、1/28（火）以降にお電話にてお知らせいたします。
- ・ 申込後のキャンセル、返金は致しかねます。
- ・ 万が一、インストラクターの体調不良等で実施ができなかった場合は
予備日として3/7（金）に実施いたします。その場合も返金は
致しかねます。予めご了承ください。