

骨盤すっきりエクササイズ

ストレッチポール、エクササイズボール等を使い、
骨盤の歪みの解消と正しい姿勢の保持に役立て、
健康増進や、バランス改善を目的としている方にもオススメです！



日 時：平成30年4月5日～6月21日（5月3日、24日を除く）
毎週木曜日（全10回） 午前10時～11時

対 象：18歳以上の方

定 員：20名（申込順）

費 用：5,000円（全10回分）
*「健幸ポイント」対象教室

会 場：相模原ギオンスタジアム 会議室

申 込：**平成30年3月15日から**電話／メール／FAX／HPの教室
フォームにて氏名（ふりがな）・住所・電話番号・年齢・性別・
教室名を競技場までご連絡ください。

持 ち 物：動きやすい服装、水分補給用の水分、タオル、着替え等

広報さがみはら
3/15号
掲載

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 相模原市南区下溝4169

TEL 042-777-6088

FAX 042-777-0161

メール asamizo-stadium@dream.jp

HP アドレス <http://www.asamizo-stadium.jp/org/>