

健康体操教室ハローフレンズ イノア

*令和元年 第2クール (8月~10月)



チケット制クラス*

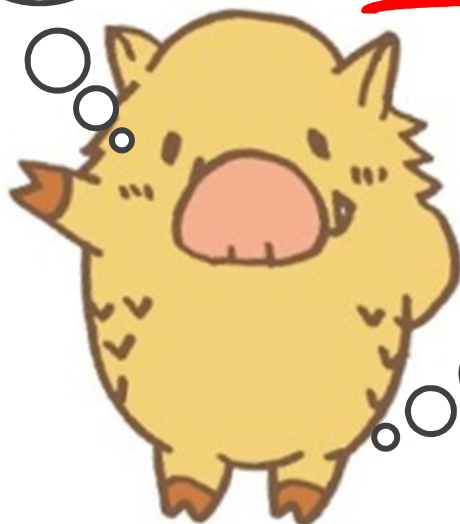
Sボールコンディショニング クラス



小さなボールを使って

- ほぐれた体
- 動きやすい体
- 力が出る体をつくります

ヒーリング&リチャージ クラス



一日の疲れた心と体を

- ほぐしリセット
- 癒し

のクラスです

受講希望者は随時チケットを購入していただきます。

※一冊 6枚つづり 3000円 (一般会員 2500円)

※Sボールコンディショニングはポイント受講可 (10P)

■ ヒーリング&リチャージクラス (毎木曜・月2回 発展クラスのある日 20:20~21:10)

対象者	開催日	参加費
どなたでも。 男女、年齢は不問。	8/1. 3(土). 8. 22. 26. 29 9/5. 9. 12. 19. 26. 29(日) 10/3. 10. 24. 26(土). 28. 31	チケット1枚/1回 全18回

■ Sボールコンディショニングクラス (金曜 12:00~13:00)

(ポイントで受講可 10P)

対象者	開催日	参加費
どなたでも。 男女、年齢は不問。	8/2. 23. 30 9/6. 20. 27 10/11. 25	チケット1枚/1回 全8回

※Sボールコンディショニング月別メニュー

8月 肩関節

9月 膝関節

10月 股関節



健康体操教室 ハローフレンス イノア

住所⇒東浦町緒川相生の丘8-3

TEL⇒ 0562-77-3607

