

フレンドレッスン

ゴロ寝でできる ゆらぎ体操

2月開催スケジュール

2.3 月 13:00~
(サンストリート浜北店にて)

2.6 木 10:00~
(三方原店にて)

2.11 火 19:00~

2.13 木 15:00~

2.21 金 13:00~
(サンストリート浜北店にて)

2.25 火 19:00~

2.27 木 15:30~

バスタオルと飲み物をご持参ください

参加費

回数券 1 枚 or
口コチケ 2 マス

定員

※開催場所により異なります

- ・ 浜松半田店 5 名
- ・ 浜松三方原店 3 名
- ・ サンストリート
浜北店 4 名

講師

- 松本 美由貴
AUBE FOR ONE パーソナルトレーナー
・ペアストレッチトレーナー
・バランスボールインストラクター
・介護士 ・介護予防指導士
・ゆらぎ体操認定インストラクター
- 毛利店長

予約制・先着順

☎ 053-589-5552

フィットネススクール

ココモK.O

浜松半田店

詳しくはスタッフまで
お気軽にお問合せください♪