

初めての方もぜひご参加ください★

アリーナにて

ウェーブストレッチ体験会

新しい時代の健康づくり、ボディアーチ・リメイク・エクササイズ★



【日時】4月 3日(月)10:40～11:10

4月 4日(火)13:30～14:00

4月 10日(月)10:40～11:10

4月 11日(火)13:30～14:00

【場所】アリーナ

どなたでも簡単に「ほぐす」「伸ばす」「引き締める」が同時に行えるウェーブリング。

腰や肩のコリをほぐしたい、代謝や血行を良くしたい！という方にオススメです。

初めての方もこの機会に、ウェーブストレッチの気持ち良さを実感してみてください★