

有料イベント

月一カラダメンテ

～肩こり・五十肩は**肩甲骨**が重要～

肩こりや五十肩などで腕が上がらなかつたり、
痛みの原因は肩や腕だけなのでしょうか？
上半身の土台、第二の体幹でもある
肩甲骨を見直しませんか？

- ・日時 7/7(月)14:45～15:45
- ・担当 青木恭子IR
- ・料金 1,100円(税込)
- ・場所 ジェクサー浦和 BLUEスタジオ
- ・定員 20名※最低遂行人数なし

※座席はスタジオにご入場順に場所をお選びください。

- ・申込期間 6/26(木)00:00～レッスン30分前
- ・入金期間 申し込み期間と同様

※入金後の返金はできかねます。予めご了承ください。

・申込方法

ご自身のアカウントからイベントにて申込

※スーパーマスター会員以外の他店舗所属の会員の方は
別途施設利用料として1,100円(税込)がかかります。

- ・持ち物 フェイスタオル・バスタオル
- ・参加者特典 **エクササイズレジュメ・動画録画OK!**

肩甲骨の動きや機能を再確認しながら
レッスン後の快適なカラダや姿勢の
変化を体感してください!

青木恭子IR

ジェクサー・フィットネス&スパ24浦和

