



千葉市スポーツ施設

ずっと千葉が好き
I LoveCHIBA & I LoveSPORTS

骨盤ケア体験会

日 程： ①6月27日 水曜日 19:30～20:30

②7月 4日 水曜日 19:30～20:30

場 所： 高洲スポーツセンター

受講料： 各540円(税込)

対 象： 18歳以上 **初めての方でもOK!**

定 員： 各12名 (先着)

主 催： スポーツクラブNAS

骨盤運動をメインに体幹の筋力及びバランスの強化や、柔軟性を高めるためのストレッチを行い肩痛・腰痛・ひざ痛を予防します。



【申込方法】

高洲スポーツセンター-窓口、又はお電話でお申し込みください。

(受付時間： 9:00 ~ 20:30)

※お申し込み後、7日以内に申し込み施設へ受講料をご持参ください。

※ご入金完了で正式申込となります。

千葉市スポーツ施設 指定管理者：スポーツクラブNAS

高洲スポーツセンター 〒261-0004 千葉市美浜区高洲4-2-2
043-279-9235