健康促進道場 始動　短期集中コース 開講！

2019
4~6月

ゴム1本で体の奥から整える！
隅々までセラバンドで筋トレ！！

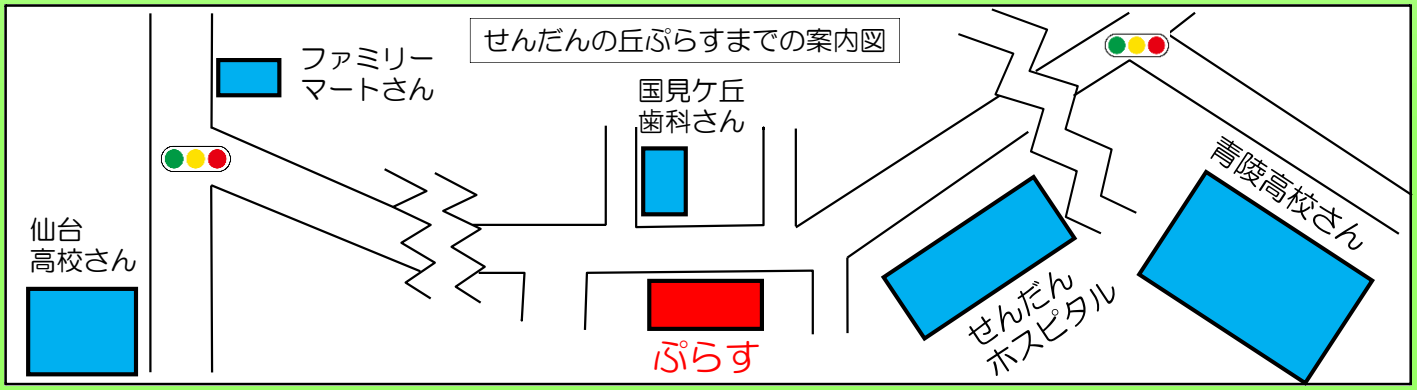
ストレッチから筋トレまで全身隅々までセラバンド1本で出来るのです！
貴方の引っ張りで負荷も七変化～☆　一緒に魅力に浸ってみませんか？

【開催日】
4/12 、4/19 、4/26 、5/10 、5/17 、5/24
6/ 7 、6/14 、6/21
≪金曜日　９：４５～１１：１５≫

春期 得々
キャンペーン

料金：800円／回　**申込先：せんだんの丘ぷらす　☎719-5621**

※みなさんの参加をお待ちしています♫ 不明な点はスタッフまでお願いいたします♪



〒989-3201　青葉区国見ケ丘6-149　東北福祉大学　雄翔館１Ｆ