

‘自律神経’を整えるヨガ

～座学と体操で学ぶ「自律神経」とは？～

2025年05月3日(土・祝)

11:00～12:00

野口 彩子

病院に行って検査をしても悪い所がなく 繰り返してしまう不調…。

それは、自律神経の乱れから起きます。

家で簡単に出来て、毎日の生活の質を良くし

健康的に過ごせるような体操を行います。

【自律神経を整えるストレッチ】

日時：2025年5月3日(土・祝)

11:00～12:00 (10:50～スタジオ入場)

場所：セントラルウェルネスクラブ桶川北本 第1スタジオ

担当：野口 彩子

定員：20名(最少催行10名)

料金：1,650円(税込)

◆会員様時間外・他クラブ利用→レッスン開始30分、終了後45分のみ施設利用可能

※他クラブのエリア会員の方は上記は対象外となります。

●一般の方→別途1,100円(税込)のお支払でレッスン開始30分 終了後45分のみ施設利用可能

申込：2025年4月20日(日)

※ご予約日から1週間以内にクラブにてお申し込みと入金をお願いします。

◆お申込及び予約順のご入場となりますので予めご了承ください。

キャンセル：2025年5月4日(日) 17:00迄のキャンセルは全額返金致します。

5月4日(日) 17:00以降のキャンセルにつきましては返金致しかねますので予め、ご了承ください。

そ の 他: ご記入頂いた個人情報 は 緊急事態の連絡等の目的で使用します。

尚、管理は当クラブが責任を持って行います

～GW特別企画!～

パーソナルカラー個別診断

野口彩子先生による、自分に似合うカラーがわかる診断!

おすすめアイテム・コーディネートも合わせてご紹介させていただきます!

日時：2025年5月3日(土・祝) 12:30～14:30 / 15分単位(1人あたり)

担当：野口 彩子

料金：1,320円(税込) 定員：各枠1名/(最少催行人数2名)

申込み・キャンセルは上記イベントと同様。

セントラルウェルネスクラブ24 桶川北本店