



パーソナルトレーナーにお気軽にご相談ください!

パーソナルトレーナーによる セミナー開催!

無料

日程: 7月4日(金)
 時間: 12:30~13:00
 料金: 無料
 対象: フィットネス会員様及び法人
 ※当クラブ会員様以外は別途入館料が必要となります。
 内容: 「膝痛・腰痛改善セミナー」
 場所: 長沼店 アリーナ
 定員: 25名
 申込: 1階受付もしくはお電話にてお申込み下さい。
 締切: 開始15分前まで

担当: 高田トレーナー



毎日の数分の簡単トレーニングが
ご自身の身体の薬になります!
膝・腰・肩が痛い方、「サボリ筋」を
目覚めさせてみませんか??

セントラルウェルネスクラブ長沼



第二弾!

パーソナルトレーナーにお気軽にご相談ください!

パーソナルトレーナーによる セミナー開催!

無料

日程: 7月25日(金)
 時間: 12:30~13:00
 料金: 無料
 対象: フィットネス会員様及び法人
 ※当クラブ会員様以外は別途入館料が必要となります。
 内容: 「つまずき予防&ストレートネック予防セミナー」
 場所: 長沼店 アリーナ
 定員: 25名
 申込: 1階受付もしくはお電話にてお申込み下さい。
 締切: 開始15分前まで

担当: 高田トレーナー



毎日の数分の簡単トレーニングが
ご自身の身体の薬になります!
今回は、つまずき予防&ストレートネック予防
「サボリ筋」を目覚めさせてみませんか?

セントラルウェルネスクラブ長沼

