

～えみくる ARIDA～
有田市民水泳場

筋膜 WOW リリース

ポール・ローラーを使用して
筋肉の痛みや、こわばりをほぐし緩めます ✨
トレーニングのボディケアやコンディショニングに最適です^^

場 所： えみくる ARIDA スタジオ

金曜日開催!!

開催日： ☺7/3・10・17・24・31 ☺8/7・21・28 ☺9/4・11

時 間： 10:30～11:15(45分間)

☆予備日18日

定 員： 20名

持ち物： 動きやすい服装・お飲みもの・タオル

担 当： 松本 IR

フォームローラー持参◎

定期会員：¥3,000(税込)/10回

一 般：¥5,000(税込)/10回 + 施設利用料

6月19日(金)10:00～
WEB 受付開始!!



えみくる
ARIDA
STUDIO

☆お電話でのお申し込み不可