

# 女性のための身体ほぐし & やさしい痩せ習慣

日時

8月21日(木)11:00～12:00

定員

15名(先着順)

料金

880円(税込)

ポールレンタル代:220円(税込)

場所

笠岡総合体育館 多目的室

持ち物

動きやすい服装・飲み物・タオル

ショートポールをお持ちの方はご持参ください。

○当日の受付:笠岡総合体育館 トレーニングルーム

○申込方法:電話またはトレーニングルーム窓口にて予約

※申込締切:イベント前日19時まで

頑張らなくていい  
身体ほぐしと  
ストレッチを実施します。  
(要ショートポール)



ショートポールで“からだほぐし♪

お申込みはこち  
ら



ミズノウエルネス笠岡

TEL: 0865-66-5280

〒714-0054

岡山県笠岡市平成町63-2

●営業時間 平日 9:00～21:00  
土曜 9:00～21:00  
祝日 9:00～17:00

●定休日 毎週日曜日・年末年始

