

福田屋内スポーツセンター 背骨コンディショニング



生徒募集

場所 福田屋内スポーツセンター
(2Fスタジオ)

日時 水曜日 13:30~14:20
14:30~15:20

受講料 クール制 6,800円(税込)
(1クール8回)

持ち物 フェイスタオル2枚、飲み物

講師紹介



石神 智子

<講師からのコメント>

身体の不調は背骨の歪みが原因かも…
簡単な体操で関節や靭帯をゆるめ、
背骨を整えて、筋トレをしましょう！



福田屋内スポーツセンター

- 住所 〒437-1209 磐田市南島393-1
- 営業時間 8:30~21:30
- 電話 0538-58-3131
- 休館日 毎週金曜日・年末年始・10月にメンテナンス休館

ホームページ インスタグラム

