

15 矢尾友の会 趣味の教室

骨盤体操ボディメイク エクササイズ教室

●毎月第1・3木曜 <2カ月4回>
毎月第2・4木曜 4,000円
AM10:00~12:00



ボディセラピスト
介護予防運動指導員

◆講師: 小林 里江

体(骨盤)の歪みを取り、
均一のとれたボディを作ります。
音楽に合わせて、正しい位置に
矯正・楽しく動いてエクササイズ!



■お問合せとお申込みは 15 矢尾友の会・趣味の教室係まで 矢尾百貨店秩父店 3階 ☎0494-24-8080

●ご案内のコースは平成23年のものです。詳しくは矢尾友の会受付でお確かめ下さい。