

1回参加OK

(タイ式自己整体)



ルーシーダットン

ルーシーダットンとはタイの言葉で自己整体といいます。

完全呼吸という呼吸法で基礎代謝を上げて体の歪みを調整していきます。

・実施日:

10月	1日		15日		
11月	5日		19日		
12月	3日		17日		

隔週
土曜日!

※日程はあくまでも予定です。変更や休講となる場合があります。

- ・時 間： 18：30～19：15
- ・場 所： サンチェリー 大会議室
- ・対 象： 18歳以上
- ・定 員： 15名程度
- ・参加費： 1回 500円（税込）
- ・持ち物： タオル・飲み物
- ・講 師： 本田 みどり 先生
- ・受 付： 教室開催日当日にサンチェリー総合受付にて参加料をお支払い下さい。
また、参加の初回は申し込み用紙の記入をお願い致します。
※教室参加カードは担当講師へお渡しください。

●お問い合わせ● グローバルリゾート総合スポーツセンターサンチェリー総合受付



0829-31-5980



<https://suncherry.hatsukaichi-sports.net/>