

健康GYM-MIYABI



リバーsexサイズ教室

「姿勢が悪い」、「膝や股関節に違和感がある」、「腰痛・肩こり・背痛など痛みがある」など

…「もっと動けたはずなのに」「こんなからだじゃなかったのに」

健康 GYM-MIYABI がそんなあなたのご要望にお応えします！

固まった筋肉をほぐせば、血行やリンパの流れがよくなり、その結果脳にも血流がながれ、頭も体も心もリフレッシュするという効果があります。

からだ全体のバランスを整え、代謝UP！さあ、あなたも体験してみましょう！



対象

20歳～60歳位まで（10名）

教室日程

★月4回 木曜日

【時 間】13:15～14:15

【日にち】

*4月 4日・11日・18日・25日

*5月 2日・ 9日・23日・30日

*6月 6日・13日・20日・27日

*7月 4日・11日・18日・25日

料金

*春のリバーsexサイズコース

全16回（月4回・4ヶ月）

1ヶ月5,000円（1コース一括払い可）

※途中入会も受け付けています！気軽に下記までお問合せ下さい。

◆健康 GYM-MIYABI へのアクセス方法



専用の駐車場はございませんので、公共交通機関または近隣のコインパーキングをご利用ください。
名古屋市営地下鉄東山線「本郷駅」から徒歩3分

【お問い合わせ・お申し込み先】

〒465-0025 名古屋市 名東区上社 2丁目 55番地 第2ハイネス本郷 1階 健康ステーション MIYABI 内

Tel 052-734-4980 Fax 052-799-3461（お申込専用）

【リバーsexサイズ教室申込用紙】

ふりがな お名前		年齢	歳
ご連絡先	〒 - () - -		