

コロコロ

筋膜リリース教室

“筋膜リリース”

こわばった筋膜をほぐし
からだスッキリ

“姿勢改善”

腰痛・肩こりなどを
改善させるカラダづくり

日常生活を

もっと**楽**に

過ごしたい方へ

第1・3木曜日 13:30～14:30

※祝日・年末年始休館日は除く

詳しくはレッスンプログラムをご覧ください

参加費：1回 500円

場 所：角田市総合体育館 武道場

健康増進・姿勢改善を
目的に身体の重さだけ
を利用して行う教室なので
初めての方でも安心♪♪

角田市総合体育館

角田市枝野字青木155-31

TEL0224-63-3771

かくだスポーツビレッジ運営共同企業体

(株)フクシ・エンタープライズ