

美 BODY エクササイズ

身体を美しく保つためのシンプルで効果的なエクササイズとストレッチです。体のこりをほぐしたり、伸ばしたり、引き締める効果があります。身体の可動域を広げたい方にもオススメです。



講師：時田 規子

【ウェーブストレッチインストラクター】

☆曜日時間 木曜日 20:15～21:00 【第5週目は休講】

☆入会金 6,600円

☆登録維持費 1,320円

☆カード発行料 1,100円

☆月会費 3,660円

☆手続方法

入会申込書に必要事項をご記入の上、入会金及び1ヶ月分の月会費、登録維持費、カード発行料、郵便局又は銀行の通帳とお届け印をご用意いただき、フロントまでお申込ください。（但し、手続き日によっては2ヶ月分の月会費を現金でいただく場合もあります。）

*講座終了後、イーグルスポーツプラザ小山のお風呂・サウナ（講座終了時より90分間）がご利用できます。（但し、第2～5週目木曜は20:30までとなります。）

尚、ジム、スタジオ、プールはご利用できません。

また、祝日はイーグルスポーツプラザ小山の営業時間が20:00までとなります。