

T E N K U T A I G A

# 天空大河



体験会開催

「天空大河」とは

武術や格闘技の動きを楽しみながらする  
全身運動。体力向上・ストレス発散・  
ボディシェイプなど、目的にあわせて  
行っていただけます。運動が苦手な  
方や初心者の方にもおすすめです。

開催日：10/28（日）・11/18（日）

時間：14：00～15：00

参加費：1,080円

持ち物：上履き・水分・タオル

定員：12名  
（申込者3名以上で開講）

講師：五十嵐 恵美先生

JWI 天空大河インストラクター、健康体操指導員



お電話にてお申込みください



お問合せ

ラサンテ

メディカルフィットネス La Santé

TEL：0235（64）8858

営業時間 平日：13：00～21：00

土日祝：10：00～18：00