

12月

定期教室開催日程

【お問合せ先】076-491-8899

水中ウォーキング

『健康づくり』『体力維持』『関節痛予防改善』を目指しましょう！
ウォーキングしたいけど一人では難しいという方も安心♪

月曜
開催

4日 11日 18日

筋膜リリース

肩こり・腰痛などの慢性的な疲れにお悩みの方や
運動をされる方のカラダのケアに筋膜リリースがおすすめ！

水曜
開催

13日 20日

カワイこども体育教室

お子さまの個性を大切にしながら「からだ」と「こころ」の調和を図り、
さらに考える力などの「知的な面」もバランスよく指導

金曜
開催

1日 8日 15日 22日