



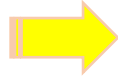
Bouncému

バウンスエミュー



— ハッピーバウンスクラス —

- 運動不足を感じている
- 疲れやすい
- 肩こり、腰痛がある
- 気力がでない
- 代謝を上げたい
- 楽しく体を動かしたい



一緒にバランスボールで弾みませんか？
元々リハビリ用に作られたバランスボール。
関節に負担なく有酸素運動ができます！
緩すぎず、きつすぎない、お喋りが出来る
くらいのにこにこペースで行います😊
日頃のカラダとココロの疲れをリフレッシュして
体力・気力を作っていきますよ!!

LESSON

| | |
|-----|----------------------------------------------------|
| 日程 | 毎週月曜日(祝日を除く) |
| 時間 | 10:30-11:30 |
| 場所 | フローラメディカ |
| 対象 | 一般女性 |
| 定員 | 5名 |
| 料金 | 1回 2,000円(税込) 6回券 10,000円(税込) |
| 持ち物 | 動きやすい服装(デニム、スカート不可) 飲み物、汗拭きタオル ※レッスンは裸足で行います |



【ご予約・お問い合わせ】

◎Bouncému 公式 LINE @mtc5682p

◎Bouncému ホームページ

<https://yu-nun0-bb.crayonsite.net/>

(フローラメディカホームページから
でもとべます)

◎フローラメディカ TEL 076-444-5151

☆Instagram にて情報発信中☆

@nun0.yu1 布村唯

ご予約は前日昼12時までとさせていただきます

▽QRコード▽

