

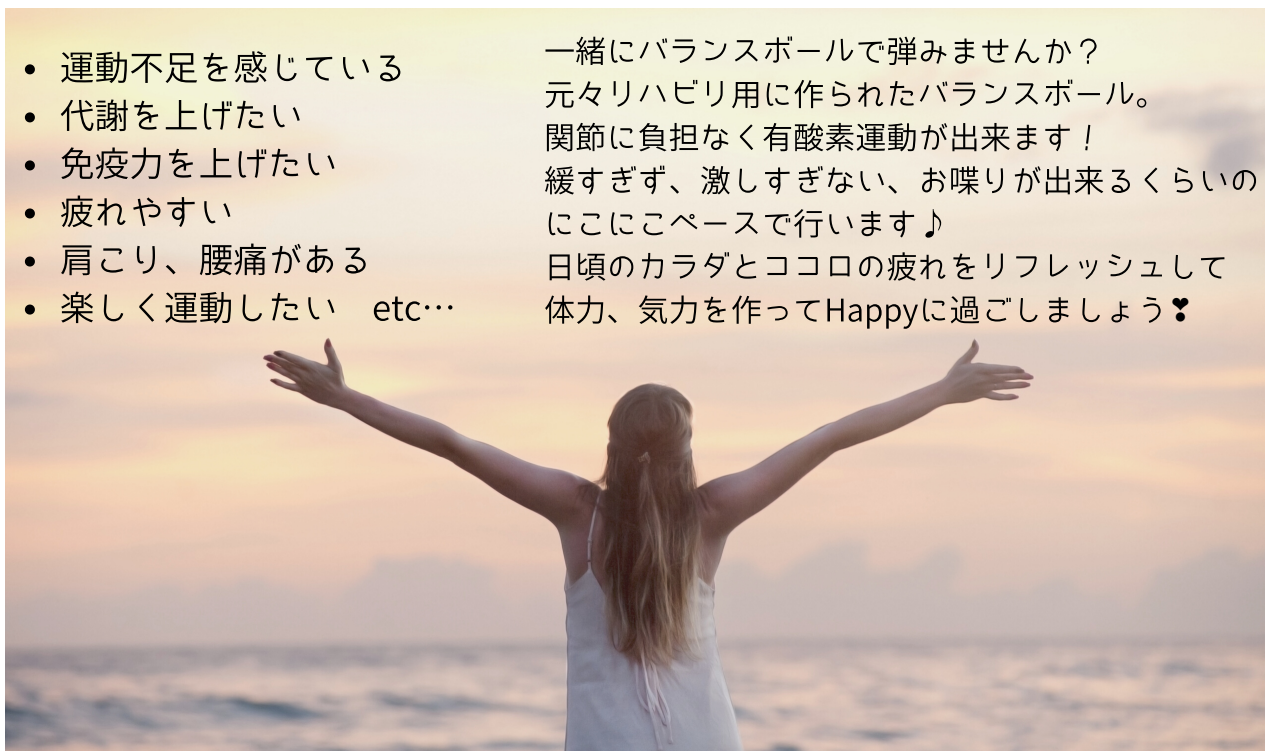
BOUNCÉMU

♡ ハッピーバウンスクラス ♡

Happy Bounce class

- 運動不足を感じている
- 代謝を上げたい
- 免疫力を上げたい
- 疲れやすい
- 肩こり、腰痛がある
- 楽しく運動したい etc…

一緒にバランスボールで弾みませんか？
元々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出来ます！
緩すぎず、激しすぎない、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Happyに過ごしましょう♡



日程♡第1・3月曜日(変更あり)

時間♡10:30-11:30

場所♡フローラメディカ

富山市五福2337-5(駐車場あり)

対象♡一般女性(子連れ不可)

人数♡5名

料金♡1回2,000円(税込)

6回券:10,000円(税込)

《ご用意いただく物》

動きやすい服装

(スカート、デニム不可)

※裸足で行います

飲み物、汗拭きタオル



《ご予約・お問い合わせ》

右記LINEアカウント

フローラメディカTEL444-5151

にて受け付けております♡

お気軽にお問い合わせ下さい。

※ご予約は前日昼12時までとさせていただきます。

Bouncému
公式LINEアカウント

