

健康教室のお知らせ

2月

プチヨガ
ストレッチ
参加費無料♪

～今月のイベント～

いつもご利用ありがとうございます。

ご利用の方に“南アルプスの天然水”を1本プレゼント致します。

ストレッチ後は冷たいおしぼりでクールダウンして頂きます。

寒さで縮こまった身体を気持ち良く伸ばしましょう♪

皆様のご参加を心よりお待ちしております^^

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
					プチヨガ 秋野 14:00～	
11	12	13	14	15	16	17
				ストレッチ 久保 14:00～	プチヨガ 秋野 14:00～	
18	19	20	21	22	23	24
	ストレッチ 森 18:00～				プチヨガ 秋野 14:00～	
25	26	27	28			
	ストレッチ 森 18:00～					

宮前平源泉湯けむりの庄は、厚生労働省認定の「温泉利用プログラム型健康増進施設」です。

皆様により健康に快適にお過ごしいただくために、健康教室を毎月開催しております。

初めての方も一人の方も安心してご参加くださいませ♪