

# あなたのための パーソナルレッスン

- ❁ 怪我の相談がしたい・リハビリが知りたい
  - ❁ ダイエットしたい
  - ❁ 小顔になりたい
  - ❁ 身体を柔らかくしたい
  - ❁ 運動不足だから何でもいいから教えて・・・
- という方お待ちしております!!

【開催日】 2016年4月～6月 毎週水曜日

2016年	4月	6	13	20	27	
	5月		11	18	25	
	6月	1	8	15	22	29

【持ち物】 動きやすい服装、室内用のトレーニングシューズ、タオル、飲み物

【開催時間】 18:00～20:30

【場所】 豊田合成健康管理センター（井之口） トレーニングルーム

【指導者】 恒川 三津子（つねかわ みつこ）