

ラクティブ青葉台店 de 作品展

ラクティブ青葉台に通われている会員様による、作品展を開催します。

展示期間：**2月10日(月)～2月22日(土)**

一般の方もご覧いただけます。お気軽にお立ち寄りください！

セラバンドde トレーニング

セラバンドトレーニングで
体の小さな筋肉も覚醒？！
運動効果を高めましょう！

日程：①2月17日(月)
②2月27日(木)

時間：両日13:45～14:30

定員：**10**名 ※要予約※

背骨を整えよう

かまぼこ型のリセットポールハーフを使って、
本来の自然なS字カーブへと整えましょう！

日時：①2月19日(水)
15:45～16:30
②2月25日(火)
14:45～15:30

定員：**8**名 ※要予約※

各イベント共通

参加費：**500**円(税込)

お持物：水分補給、タオル、動きやすい服装

受付：2月1日(土)より 店舗フロントまたはお電話にてお申込みください。