

ククリカフェ & 長江パーソナルジムコラボ

健康生活のための 初級運動ワークショップ

1・2月のテーマ

「歪んだ身体を改善する腰痛・ギックリ腰対策」



参加費
ランチ代
+500円

日程	1/17 1/31 2/14 2/28 (金)
時間	12:00~14:00
会場	繭久里カフェ 2F
講師	パーソナルトレーナー 長江潤一郎

*内容は同じになります。

セミナー内容

1時間ほどの体を動かすワークショップ開催の後に
ランチを取りながら体の事をお話しましょう。

ご予約・お問い合わせ：ククリの総合窓口（エシカル事務局）

TEL 080-6785-2255

LINE エシカルパーク

URL <http://park.ethicalgp.com/>

食とエクササイズのコラボ

繭久里カフェからパーソナルレッスン申込みで「特別価格 & お食事券プレゼント」