

# 背骨コンディショニング

30万人の腰痛を改善した  
通院に頼らないセルフケア

体験レッスン



一生痛みの  
ない体づくり

腰痛  
ひざ痛

姿勢改善

テニスを  
やり続けるた  
めに！

背骨を整えて、つらい痛みや不調が起きない健康なカラダへリセット！  
腰痛だけでなく、膝痛、肩こり、しびれなどのその不調、運動で改善される  
かもしれません。まずは定期的に体操することから始めましょう

開催日

令和6年 5月31日 (金)

13:00~14:30 (90分)

場所

ニューウインブルドンテニスクラブ

料金

体験料1,500円+施設利用料200円

定員

8名

持ち物

ヨガマット・フェイスタオル  
飲み物・動きやすい服装

申込み

5月12日(日)受付開始  
直接フロントまたはお電話にてお申し  
込みください(053-422-1211)

※先着順となりますのでお早めにお申し込みください

講師



佐野麻衣子

背骨コンディショニング  
パーソナルトレーナー

背骨コンディショニング

