

そふたい 操体ストレッチ

深呼吸をしながら、気持ちの良い動きを行うことでカラダのゆがみを直す日本古来の健康法「操体法」をご存知ですか？

この「操体法」と「ストレッチ」を融合させたカラダにやさしい快適なプログラムです！



リラックスできる動きやすい服装をご用意ください。

更衣室、ロッカーあります！

毎週月曜日 午前11:00～11:40

担当の栗田です！

会場：住吉区长居東 3-2-10 PCP スタジオ



参加費：チケット制 1回券¥2,500 4回券¥8,000 (有効期限 3カ月)



3F フロント



スタジオ



8月1日(月)11:00～無料体験会実施します！
お気軽にご参加くださいませ～！

お問い合わせはこちらまで！

TEL 06-6697-7699

Mail info@pcp1996.com



PCP
Physical Conditioning Production