

第3回、4回 特別プログラム ～リラクゼーション Program 45min～

【日時】 2025年8月11日（月）18：30～19：15
8月30日（土）16：45～17：30

【対象】 メガロス吉祥寺会員、ゴールド会員

【場所】 メガロ吉祥寺店：スタジオA

【使用ツール】 ストレッチポール  & コンディショニングボール 
セルフストレッチも行います。

【内容】 筋膜リリースとストレッチによる姿勢改善や柔軟性の向上、
むくみ改善、疲労回復の促進

【料金】 1回880円（税込）
※時間外利用の方は別途1,100円（税込）
イベント前後1時間施設利用可能（祝日のため20:00チェックアウト）

【定員】 30名 ※最小遂行人数 4名 イベント3日前に達しなかった場合中止となります。

【申込期間】 2025年7月26日（土）13：00より予約開始
各イベントレッスン開始30分前まで予約可能

【お申込み方法】 下記の二次元コードもしくは、メガロス吉祥寺HPの会員ページからも
お申込み頂けます。

【ご入金方法】 WEB決済よりご入金ください。※ご返金は致しかねますのでご了承ください。



担当キャスト：山田 朋恵

厳しい暑さが続いていますね...。
雪国出身の私には毎年堪える東京の夏...。
さて、今回8月は月2回の開催となりました！
ストレッチポール&コンディショニングボールの
2アイテムとなっております♪
夏の暑さ、エアコン疲れを癒し整えましょう！
皆様のご参加を心よりお待ちしております♪

お申込はコチラから！⇒

