第5、6回　特別プログラム
～リラクゼーション Program 45min～

【日時】　2025年11月2日(日)　　16：20～17：05
　　2025年11月16日(日)　16：20～17：05

アロマも炊きます♫
香りはリラックス効果抜群のラベンダーです

【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B

【使用ツール】　ストレッチポール &　ウェーブリング &セルフストレッチ

【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

【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10月27日（月）11：00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。

お待たせいたしました！
今回11月は２回開催となります。
気が付けば冬が近づき、体が冷え固まりやすくなるこの季節に今一度ご自身のメンテナンスにいかがでしょうか？
皆様のご参加お待ちしております！

担当キャスト：山田　朋恵

お申込はコチラから！⇒