

顔コリほぐし教室

10・11・12月



陶器のレンジを使って、
日々の蓄積で凝り固まった顔の筋肉をほぐしていきましょう。

10月10日（木）・31日（木）

11月14日（木）・28日（木）※28日は1階つながるスタジオ

12月12日（木）・26日（木）※26日は1階つながるスタジオ

15:15～16:30（各回）

□会場：西脇市市民交流施設 はぐくむスタジオ
10/10・11/28・12/12・12/26は
会場が異なりますのでご確認ください。

□講師：大崎 富美さん

フィットネス指導歴 約15年 顔コリほぐし歴15年

健康応援フィットネスこうべ所属

健康応援士として、神戸・加西・加古川・高砂にて講座開催中

□参加費：2,000円/回

イスヨガセット割 1,800円/回

□定員：20名（各回） ※要予約

□持ち物：メイク落とし・メイク道具・置き鏡

陶器のレンジ・髪留め

◆主催・お問合せ・お申込み

◆西脇市市民交流施設 0795-24-3010（8：30～22：00）

（指定管理者：株式会社ケイミックスパブリックビジネス）

9月12日(木)15：10～予約受付開始

