

顔コリほぐし教室

1・2・3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。

1月9日（木）・23日（木）※23日は1階あつまるスタジオにて実施

2月13日（木）・27日（木）※両日1階つながるスタジオにて実施

3月13日（木）・27日（木）※13日は1階つながるスタジオにて実施

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

1/23・2/13・2/27・3/13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）

12月12日(木) 予約受付開始