



7/14(日)・15(月・祝) WATSU(ワッツ) イベントのご案内

究極の水中リラクゼーションプログラム 『WATSU(ワッツ)』

重力から解放された水中で水の抵抗を利用しながら、ゆっくりと体を引き伸ばしたり、関節をやさしく動かすことで、筋肉や関節周りの緊張がほぐれ血流を促し、しなやかな、疲れにくい体に整えていきます。

- ▶肩こりや腰痛の緩和
- ▶血行促進
- ▶ストレス解消
- ▶自律神経を整える
- ▶不定愁訴の改善

この機会にご自身のカラダでぜひ体感してください！
皆様のご参加お待ちしております(^_^)

7/14(日)

- 11:10-11:50(2名)
- 12:00-12:40(2名)
- 12:50-13:30(2名)
- 15:20-16:00(2名)
- 16:10-16:50(2名)

7/15(月・祝)

- 10:10-10:50(2名)
- 11:00-11:40(2名)
- 13:30-14:10(2名)
- 14:20-15:00(2名)
- 15:10-15:50(2名)

40分セッション
4,500円
(+消費税450円)
※当日支払い

アクアダイナミクス研究所
ホームページの[お問い合わせ]
フォーム、またはお電話で
お申込みください。
担当者より当日のご案内を
お送りします。

Tel:045-544-9098



会場：田園都市カルチャー＆
健康スポーツセンター



※田園都市カルチャー＆
健康スポーツセンターの
会員様は、直接フロントへ
お申込みください

