

大変ご好評につき

第3回健康祭り

開催決定!!!

ファシアゆるゆる運動で

しなやかな身体の動きを手に入れよう!

Point

Q.ファシアとは何?

A.一言でいうと『膜』の事です!!!

臓器、骨、筋肉、脂肪、靭帯、血管、神経などの組織を覆う膜の総称です!!!

【日時】 2023年2月28日(火)

【場所】 JSS八王子スイミングスクール

【時間】 9:30 受付開始(受付を済まされた方からAGEs測定及び歩行年齢測定)

10:15 体操場にてAGEs・歩行年齢の及びファシア水中運動の説明

10:45 ファシア水中運動

12:15 ソフトアクア運動

12:45 希望者のみAGEs及び歩行年齢の再測定

13:00 解散(予定)

【申込】 2023年1月16日(月) 11:30~1月28日(土) 19:00

※電話予約は1月23日(月)からお受けいたします。

※詳細はお申込時に別途お渡しします。

【定員】 30名(定員になり次第締め切りといたします。)

※15名以上のお申込がない場合は中止とさせていただきます。

【内容】 AGEs測定及び歩行年齢測定

J-パドルバイク・水中トランポリンなどを使用したファシア水中運動

【対象】 成人会員

【参加費】 2,860円(税込)

【キャンセル料】 実施日の10日前~8日前・・・参加費の20%

実施日の7日前~2日前・・・参加費の30%

実施日の前日・・・参加費の40% 実施日当日・・・参加費の50%

実施後、または連絡なし・・・参加費の100%



※新型コロナウイルスの世間的情勢を鑑み中止となる可能性がございます。

※当日の時間・内容等は予定ですので予めご承知おきください。

※ご不明な点等ございましたらフロントまでお電話ください。TEL 042-666-7211