

# からだスッキ中国体操 リニューアル



2月7日(火)限定  
無料開催!



2012年からレッスン内容をリニューアルいたしました。

**リンパマッサージを  
取り入れたレッスンを実施いたします。**

練功の動きを取り入れ、  
老若男女問わず行える呼吸体操です。  
中国体操で身体を温めた後、  
リンパマッサージで身体のケアをし、  
むくみ解消や老廃物を取り除いていきます。  
皆様のご参加をお待ちしております!!

開催日 : 2012年2月7日(火)

時間 : 14:00~15:00

参加費 : **無料※当日限り**

場所 : 第2会議室

受付 : 2階サウナ受付

持ち物 : 運動できる服装

定員 : 先着20名

