

12月

# グループエクササイズスケジュール

女性限定 少人数制 都度支払い 子供連れOK 駐車場あり

★参加費 : ¥1,800  
★初回体験 : ¥1,000

杉山 遼



★キックボクササイズ  
毎週金 : 9:40~10:50

★ミット撃ち  
月 : 18 9:15~10:15  
水 : 6 9:15~10:15

★股関節  
月 : 11・25 9:15~10:15

高橋美奈子



★シェイプサーキット  
木 : 14・28 9:00~10:00

★背骨コンディショニング  
木 : 7・21 9:00~10:00  
\*スポーツタオル必要

MIKI



★ヨガ  
土 : 2・16 10:30~11:45

鈴木祥世



★表情筋  
土 : 9 15:00~16:00

- キャンセル料 : 開催前日18:00以降 ¥900
- 予約 : あり
- 駐車場 : 希望者はこちらご連絡ください
- お問い合わせ : 080-9411-3004  
salon.syo@outlook.jp

## コンディショニングサロン

- 住所 : 麻生区王禅寺東5-2-12 1F
- サービス : 整体、個別エクササイズ、グループエクササイズ
- 営業日 : 整体、個別エクササイズは不定休 ご要望に合わせて対応
- 予約 : 予約制
- 駐車場 : あり

インスタフォローお願いします ← プラス野球塾、体操塾もお願いします！

サロン  
インスタグラム



サロン  
HP



野球塾  
インスタグラム



体操塾  
インスタグラム

