

夜チャージ!

夜筋!!

YAKIN

夜チャージ！夜筋!! ~ 明日のための筋トレ&ストレッチ ~

姿勢を正し、体の柔軟性を高めて、体幹を鍛えませんか？ストレッチをはじめ、自宅で手軽にできる体操がたくさん。自分の体を知って全身のハリやコリをとるセルフケアを覚えましょう。腰痛軽減・予防にも効果的

プラン名	夜チャージ！夜筋!! ~ 明日のための筋トレ&ストレッチ ~
募集期間	2018/5/1 21:48 ~ 2018/8/21 23:59
申込料	夜チャージ！夜筋!!大人チケット 800円 夜チャージ！夜筋!!小学生チケット 100円 夜チャージ！夜筋!!中高生チケット 500円
支払方法	会場払い
開催場所	山北町健康福祉センター 2 F・多目的室 2
住所	神奈川県足柄上郡山北町山北1971-2
主催者	一般社団法人あすぽ
お申し込み	イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！ https://moshicom.com/17214

