

関節ととのえ塾

体験教室

～膝・足の関節コース～

『運動を続けたいけど、膝や腰が痛くて・・・』

『いつもより頑張って動くと体の痛みが出る・・・』 などなど

この教室で苦手な動きの確認や改善に必要な運動をしてみませんか！



開催日時； 5月16日（火） 11：15～12：15
参加料； 1,000円

申込日時； 4月27日（木） 10：00～ 定員になり次第、受付終了

定員； 10名 対象； 18歳以上～ 場所； 研修室

受付方法； 電話または来館のみ ※先着順※

*事前のお支払いをお願いいたします。（原則、返金対応不可）

夏期（7～9月）定期教室『関節ととのえ塾』が事前に体験できるチャンス♪

※申し込んだ個人情報は、開催中止等の緊急連絡や名簿作成、傷害保険加入のために使用します。

また、第三者への提供・外部への委託は行いません。個人情報の取り扱いについて同意していただいた上で、お申し込みください。

新型コロナウイルス感染拡大を防ぐため、当日の体温が37.5度以上、または体調が優れない方はご参加をご遠慮ください。

横浜市瀬谷スポーツセンター

（指定管理者：公益財団法人横浜市スポーツ協会）

横浜市瀬谷スポーツセンター

検索

TEL045-302-3301

開館時間（月～土曜日9：00～21：00）、（日曜日7：30～21：00） 休館日 毎月第2月曜日

<アクセス> ●相鉄線『瀬谷駅』より徒歩約20分 ●相鉄線『三ツ境駅』より徒歩約25分、
●相鉄線『三ツ境駅』下車後、相鉄バス乗車（約10分）、『瀬谷スポーツセンター』下車
【三ツ境駅】相鉄バス：3番乗り場 旭27系統（南瀬谷小学校行）