

マナビバ川崎スタジオ 無料体験会スケジュール

3月14日 (木)	13:00~ らくらく体幹トレーニング	3月15日 (金)	13:00~ ペンで美文字練習教室
	15:00~ イスで座りながら スッキリストレッチ		15:00~ イスに座りながら冷え性改善 血管若返り体操

3月16日 (土) ・ 17日 (日)

誰でも参加OK! 無料「血流測定」・「歩行測定」・「筋力測定」

開催時間 10:00~16:00 随時受付中 (無料体験スケジュールは以下のとおり)

3月16日 (土)	13:00~ 骨盤底筋ケア	3月17日 (日)	13:00~ らくらく体幹トレーニング
	15:00~ チェア筋膜リリース教室		15:00~ 汗をかかないストレッチ 腰痛・肩こり改善
3月18日 (月)	13:00~ ペンで美文字練習教室	3月19日 (火)	13:00~ らくらく体幹トレーニング
	15:00~ 小顔・リラックス リンパマッサージ		15:00~ イスで座りながら スッキリストレッチ
3月20日 (水)	13:00~ イスに座りながら冷え性改善 血管若返り体操	3月21日 (木)	13:00~ 骨盤底筋ケア
	15:00~ ペンで美文字練習教室		15:00~ チェア筋膜リリース教室
3月22日 (金)	13:00~ らくらく体幹トレーニング	3月23日 (土)	13:00~ ペンで美文字練習教室
	15:00~ 汗をかかないストレッチ 腰痛・肩こり改善		15:00~ 小顔・リラックス リンパマッサージ
3月24日 (日)	13:00~ らくらく体幹トレーニング	3月25日 (月)	13:00~ イスに座りながら冷え性改善 血管若返り体操
	15:00~ イスで座りながら スッキリストレッチ		15:00~ ペンで美文字練習教室
3月26日 (火)	13:00~ 骨盤底筋ケア	3月27日 (水)	13:00~ らくらく体幹トレーニング
	15:00~ チェア筋膜リリース教室		15:00~ 汗をかかないストレッチ 腰痛・肩こり改善
3月28日 (木)	13:00~ 小顔・リラックス リンパマッサージ	3月29日 (金)	13:00~ らくらく体幹トレーニング
	15:00~ ペンで美文字練習教室		15:00~ イスで座りながら スッキリストレッチ
3月30日 (土)	13:00~ イスに座りながら冷え性改善 血管若返り体操	3月31日 (日)	13:00~ 骨盤底筋ケア
	15:00~ ペンで美文字練習教室		15:00~ チェア筋膜リリース教室