

スヴェンソン 名古屋サロン主催

リズムにのって 楽しく体を動かそう

やさし〜いエアロビクス(有酸素運動)

2018

10/23 Tue

第一部 10:00~11:30

第二部 13:00~14:30



リズムにのって イキイキ楽しく!

リズムにのって体を動かすことは患者さんのストレス緩和や運動不足の解消を目指し、心を晴れやかにすることを目的としています。とてもやさしいエアロビクスなので初めての方でも安心してご参加ください。



profile

グリーンスポーツクラブ所属

山内 真弓 先生 (活動名:MAYU)

2016年11月、リンパの勉強中に体に違和感を感じ、乳腺外科を受診した事が乳がんの発見になり現在治療中です。

契約スポーツクラブ/スタジオRelay、グリーンスポーツクラブ
レッスンカテゴリ/ヨガ、エアロビクス、コアトレーニング、コンディショニング系

お一人でも
ご参加いただけます!



当日の
スケジュール

45分

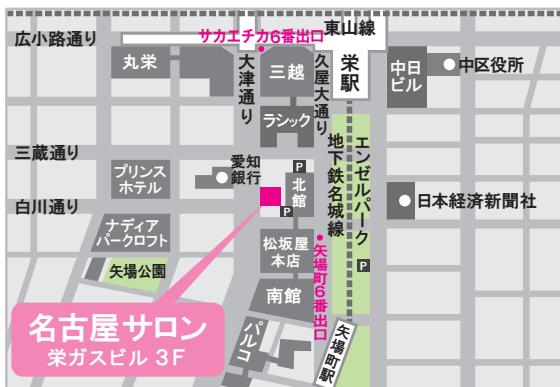
椅子やタオルを
使った体操など

35分

お茶と
お話し会

当日の
服装・お持ち物

・必ず室内用運動靴をご持参ください
・タオル ・水分 ・動きやすい服装



日時 / 2018年10月23日(火)

【第一部】10:00~11:30 【第二部】13:00~14:30

受付 / 15分前~

定員 / 各8名様 ※定員がオーバーした場合、初めての参加の方をご優先する場合がありますのでご了承下さい。

場所 / スヴェンソン 名古屋サロン

〒460-0008 愛知県名古屋市中区栄3-15-33 栄ガスビル3F

お問い合わせ窓口 / スヴェンソン 名古屋サロン

☎ 052-249-1155

営業時間 / 平日 10:00~19:00 土日祝 10:00~18:30

定休日 / 火曜 ※定休日が祝日の場合は営業いたします

お電話 または 裏面のFAX用紙でお申し込みください



SVENSON

参加お申込み書

参加をご希望の方は、ファックスまたは、お電話にてお申し込みください。

参加費 無料

定員 各8名様

※定員がオーバーした場合、初めての参加の方をご優先する場合がありますのでご了承下さい。

FAX



052-249-1175

下記に必要事項を必ずご記入の上、送信ください。なおファックス到着後、お電話にて確認のご連絡をいたします。

フリガナ ----- お名前	お電話番号
〒 ご住所	
いずれかを○印で囲んでください。 参加希望時間 【第一部】10:00~11:30 【第二部】13:00~14:30	
※医療従事者様が参加の場合は勤務先病院と所属先をご記入下さい。	
病院名	所属
いずれかを○印で囲んでください。 お連れ様 ・有（参加人数 名） ・無	

お電話



052-249-1155

店舗 名古屋サロン

〒460-0008 愛知県名古屋市中区栄3-15-33 栄ガスビル 3F

営業時間 平日10:00~19:00 土日祝 10:00~18:30

定休日 火曜 ※定休日が祝日の場合は営業いたします



SVENSON