

ボールの空気圧が新感覚を生み出すJSA ～ボールの弾力のグラデーション～

開催日：6／23（日）

開催時間 14：30～16：30

ボールの空気圧の変化で刺激のグラデーションを存分に感じるJSAボールエクササイズです。

高い空気圧のボールで気持ちよく転がり伸びやかに動きます。

低い空気圧のボールでは身体を預けて、ボールと身体が溶け合うようなやわらかさを体感します。

この今まで味わったことのない心地よさにきっと驚かれるでしょう。気づかなかった無意識の力の発見であり、嬉しい新感覚の体験です！空気圧を変えたボールを6個使います。今回も身体の隅々まで丁寧に動かしていきます。どうぞ気軽にご参加ください。

◆参加費 ￥4,400

◆定員 20名

◆日本Gボール協会 単位（グループ専門クラス 1ポイント付与されます）

【講師】

中尾 和子（日本Gボール協会 副理事長）

【主催・会場】 KTVフィットネスクラブ フレスコ 垂水



(神戸市垂水区日向1-4-1 レバンテ垂水1番館3階)

J R 神戸線 垂水駅前

T E L : 078-708-7500

<http://www.ktv.jp>

【受付締切日時】

6／22（土）17:00

【申込方法】

- ①下記の各QRコード、またはURLにアクセス
- ②クラスを選択
- ③必要情報を順番に入力 ※初めてご利用される方は（予約システムSTORES／かんたん予約）のアカウント登録をお願いします
※お支払い方法は、「クレジットカード決済」 ※対応しているカードブランド（VISA / MasterCard / AMEX / JCB）
- ④予約内容を確認の上、予約する

◆申込はコチラ



<https://coubic.com/frescoiba/2922714>

申込方法が分からぬ場合は、フレスコ垂水までお電話ください。

電話サポートにて事務局スタッフと一緒に、申込・入金手続きをさせていただきます。

(クレジットカードのご用意をお願い致します)

TEL : 078-708-7500 (木曜休館)