

6月 ゆらぎ体操カレンダー

担当：森 明彦先生（ゆらぎ体操考案者）

寝たまま体をゆらすだけ！

体のゆがみを整え、痛みや不調、ストレスを解消します。
気持ちよくなってレッスン中に寝てしまっても大丈夫です♪

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	10:15	休館日				10:15
7	8	9	10	11	12	13
	10:15	休館日				10:15
	14:00					
	19:00					
14	15	16	17	18	19	20
	10:15	休館日				10:15
21	22	23	24	25	26	27
休館日	10:15	休館日				10:15
	14:00					
	19:00					
28	29	30				
	休講日	休館日				