

# ナイトレッスン

夜のフィットネスで心も身体もリフレッシュ!  
仕事帰りに汗を流してストレス発散、  
気分転換しませんか?

6/19 (金)

18:45 ~ 19:30

梅雨むくみ撃退エクササイズ

脚スッキリ・巡り改善

担当：藤（作業療法士）

夜のひとときを楽しく過ごしながら、  
理想の健康を手に入れましょう!

お友達や同僚と一緒にぜひご参加ください。

場所

フィットネススクール

**ココモK.O** 長府店

定員

10名

参加料

回数券  
1枚

アプリ  
スタンプ

2ポイント  
付与

長府店へ お電話 または 受付窓口にてお申し込みください。

フィットネススクール

**ココモK.O** 長府店

詳しくはスタッフまで

☎ 083-242-1090