

パーソナルストレッチ

毎週月・金曜日開催

10:00~11:00

12:00~13:00



経験豊富なトレーナーがカウンセリングと姿勢チェックにより
お客様に合ったストレッチを実施

(疲労回復・姿勢改善・腰痛改善・肩こり改善)



姿勢チェック



ストレッチ

会場：総合運動場地下1階リラクゼーションルーム
対象：高校生相当以上
料金：2,640円/30分 1,320円/15分

※当日券売機でチケットを購入

申込方法：アプリ(シセリヨ)

①アプリのダウンロード

※二次元コードまたは「シセリヨ」で検索

②利用者登録

※利用者登録にはメールアドレスが必要です

5/8(水)より
ダウンロード可能
となります



G
で



お問い合わせ：世田谷区立総合運動場管理事務所
Tel. 03-3417-4276

twitter
公式Twitter⇒

