

バランスボール体験会

ストレス解消!

2026年5月30日(土) 10:30~14:30

青空の下で身体を楽しく動かしませんか？

小さなお子さまから大人まで幅広く楽しめるバランスボール♪

♪音楽に合わせて弾むことで、楽しいのはもちろん

- ・体力向上
- ・気力アップ
- ・ストレス解消
- ・姿勢改善
- ・脂肪燃焼
- ・肩こり、腰痛改善
- ・自律神経を整えるetc

さまざまな効果が期待できます！
ぜひ、お気軽に体験しにきてね！



参加費 1組500円
ボールレンタル料
保険料込み

各回 8組(16名程度)



タイムスケジュール

- ① 10:30 ~ 11:00
- ② 11:30 ~ 12:00
- ③ 13:00 ~ 13:30
- ④ 14:00 ~ 14:30

事前予約(おすすめ)

ご予約はInstagramのDMへ
・ご希望の時間
・お名前
・年齢 をご記入の上、ご連絡ください。



お申し込み方法

当日受付

空き枠分に限り現地受付でご案内します。
枠に限りがあるため、**事前予約をおすすめ**します。

主催・お問い合わせ: InstagramのDM【香水麻未(@asami_sangocare)】へ
※スケジュールや内容は当日の状況により変更になる場合があります。