

2023年7月

新規開講!!

NEW PROGRAM

ポールコンディショニング

毎週月曜日 9:10~9:55 開催!!

ストレッチポールを使って骨格の調整と体幹部分のトレーニングを行います。
ホッリおなかの解消や姿勢改善、基礎代謝UPにオススメです!



単発教室(都度申込)なので、
気軽に参加できます!

◆場所：鶴間公園入り口 (ウイングハウス2F)

◆対象：16歳以上 ◆定員：各回12名

◆料金：各回880円(税込)

*当日参加前に券売機でチケットを購入し、
チケットに提出してください。

◆持物：動きやすい服装、飲み物、タオル

◆申込：WEB

*お電話またはチケットにて会員番号取得後、
初期登録をしてからご予約下さい。

《鶴間公園のコンディショニング》

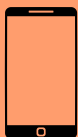
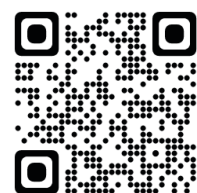
◆カラダスッキリ (火曜日 18:15-11:00)

アロマを用いてリラックスしながらコンディショニングを解消します。
骨盤調整や体幹部強化を図り、身体の機能改善を目指します。

◆カラダリセット (水曜日 9:10-9:55)

身体の緊張をほぐし、崩れがちな姿勢を改善するクラスです。

▼初期登録・WEB申込はこちら▼



HP・Instagramもチェック!

鶴間公園(指定管理者)TSURUMAパークライオンホテル

【営業時間】9:00~21:00 (TEL)042-858-6630

〒194-0804 東京都町田市鶴間2-5-13