



30分

アクアパーソナル



日程	時間	担当
3月2・16日 月曜日	13:30~14:00	山田
3月9・23日 月曜日	15:00~15:30	佐賀
毎週水曜日	15:20~15:50	松島

水中で行う自分の身体に合ったストレッチ、あなたのお悩みに合わせたメンテナンスをご提案します。

体力に自信のない方も大歓迎！

《料金》2,750円(税込)

《定員》各1名

《申込み開始》前月25日13:00~

▽ご案内

- ・ルネサンス会員時間外利用の方(時間外利用料不要)
- ・チェックイン:レッスン開始30分前/チェックアウト:レッスン終了後60分以内
- ・ルネサンス会員他クラブ利用の方、1Dayコーポレート会員の方、非会員の方は別途施設利用料が必要です。
- ・ジュニア会員の方は対象外です。
- ・当日キャンセルは返金致しかねます。
- ・レッスン前日までの入金にご協力をお願いします。



- ・膝が痛くて階段の昇り降りが辛い
- ・腰が痛くて日常生活に支障が出る
- ・肩こりひどい
- ・洋服や靴下の着脱がしづらい
- ・よかつまずくようになった