



7/20(日)・21(月・祝) WATSU(ワッツ) イベントのご案内

究極の水中リラクゼーションプログラム 『WATSU(ワッツ)』

重力から解放された水中で水の抵抗を利用しながら、ゆっくりと体を引き伸ばしたり、関節をやさしく動かすことで、筋肉や関節周りの緊張がほぐれ血流を促し、しなやかな、疲れにくい体に整えていきます。

- ▶肩こりや腰痛の緩和
- ▶血行促進
- ▶ストレス解消
- ▶自律神経を整える
- ▶不定愁訴の改善

『WATSU』の心地良さを感じる 40 分セッション♪♪
この機会にご参加、ご体験
ください。

7/20(日)

- 11:10-11:50(1名)
- 12:00-12:40(1名)
- 12:50-13:30(1名)
- 15:20-16:00(1名)
- 16:10-16:50(1名)

7/21(月・祝)

- 10:10-10:50(1名)
- 11:00-11:40(1名)
- 13:30-14:10(1名)
- 14:20-15:00(1名)
- 15:10-15:50(1名)

40 分セッション
4,500 円
(+消費税 450 円)
※当日支払い

アクアダイナミックス研究所
ホームページの[お問い合わせ]
フォーム、またはお電話で
お申込みください。
担当者より当日のご案内を
お送りします。

TEL:045-544-9098



会場：田園都市カルチャー &
健康スポーツセンター



※田園都市カルチャー &
健康スポーツセンターの
会員様は、直接フロントへ
お申込みください

