

# 『2023年度 リンパドレナーージュ金曜日』

リンパ液・血液の流れを促し、むくみ・老廃物を排泄  
姿勢矯正の効果で体液環境もさらに高まります。  
自律神経調整で睡眠の質も高まります。

【開催予定日】金曜日 15:00~16:00

|    |              |     |            |
|----|--------------|-----|------------|
| 4月 | 7・14・21・28   | 10月 | 6・13・20・27 |
| 5月 | 12・19・26     | 11月 | 3・10・17・24 |
| 6月 | 2・9・16・23・30 | 12月 | 1・8・15・22  |
| 7月 | 7・14・21・28   | 1月  | 12・19・26   |
| 8月 | 4・11・25      | 2月  | 2・9・16・23  |
| 9月 | 1・8・15・22・29 | 3月  | 1・8・15・22  |

【場 所】クラブハウス 多目的室

【対象者】一般

【持ち物】ヨガマット、タオル、飲み物

【会員年会費(保険料含む)】2,000円 入会日~2024年3月31日

【会員参加費】3600円/4回 出欠の事前申告により参加費の減額ができます

【体験料】900円 ※お一人1回のみ

1回目の参加時ではなく、前月末が締切です

連絡方法・・・いづれかの方法で前月末までに、ご連絡ください。

※ TEL: 32-2741

※ FAX: 32-3577

※ ホームページ: <https://www.umetsubojosui-sc.jp/>

※ メール: [info@umetsubojosui-sc.jp](mailto:info@umetsubojosui-sc.jp)



出欠連絡メールアドレス QRコード



一般社団法人 梅坪・浄水スポーツクラブ

住 所: 豊田市高原町7丁目22番地1 (豊田高専北側)

教室の  
お問い合わせ: 火曜日~日曜日 9:00~21:00

休館日: 月曜日(祝祭日を除く) 年末年始

電 話: 32-2741 FAX: 32-3577

E-mail: [info@umetsubojosui-sc.jp](mailto:info@umetsubojosui-sc.jp)

