

その不調、姿勢が原因かも!?



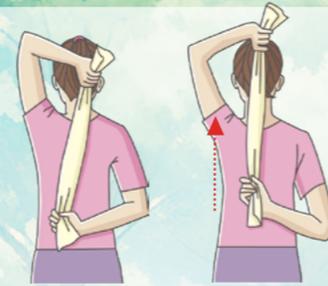
関西テレビ放送グループ

肩こり?

腰痛?

フレスコ茨木で改善!

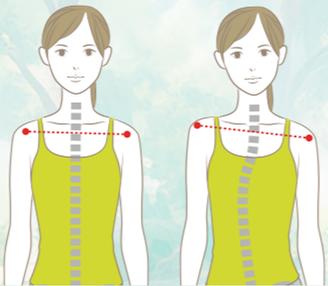
朝の散歩ついでにはじめる「姿勢活」



01 タオルストレッチ



02 テニスボールほぐし



03 猫背改善体操

正常な姿勢 左右に歪んだ姿勢

04 ゆるねじ体操

05 脱力脳トレ

ますます施設が使いやすく!

Topic1 コミュニティエリア新設



座ったままで筋肉が鍛えられる「FootFit3」をご用意! けん玉やボードゲームなどもあります!

Topic2 ランニングマシンリニューアル



8月・9月 月会費

まとめて

5,000円 (税込)

会員証発行料

0円

関西テレビ放送グループ

KTVフィットネスクラブ



〒567-0816 茨木市永代町6番2号 スポーツプラザ茨木 4・5・6F

TEL. 072-620-7800

■営業時間 / 平日(木曜除く)9:00~22:30 土・日・祝9:00~19:00

■休館日 / 毎週木曜 (年末年始・夏季・点検日)

プールエリア・お風呂エリアは10:00~のご利用となります。

詳しくはコチラ



FRESCOIBARAKI



阪急茨木市駅 徒歩1分
B・Sモータープール 会員割引券
3時間 300円