

# 7月のレッスン

## こうぜんのき 「浩然之氣体操教室」

☆参加者のお声☆  
「肩こりが治った！」  
「体がポカポカして  
気持ちいい！」

ヨガ・ピラティス・太極拳・気功・舞踊などなど、世間でブームになっているあらゆるトレーニングの良い所を融合し、無理なく継続することが出来ると評判の楽しい体操レッスンです。

実施日： 7/18 (水)

時間： 13:00~14:30

場所： 4階 武道場

担当： ダイコク大黒インストラクター

料金： 会員 1,500 円(税込)

一般 2,000 円(税込)

定員： 20 名(先着順)



### ダイコク大黒インストラクターの経歴紹介

彩華スポーツジムの十坪ジムのインストラクターとして在籍中。  
約20年間プロの競輪選手として通算 1348 レースに出場、  
優勝 5 回、1 着 106 回、2 着 151 回、3 着 212 回、の成績を残す。

今春より施術・体操教室(パーソナルレッスン)を開講し  
クチコミで県外からも大勢のレッスン受講者が訪れる日々である。  
出張施術、体操教室と全国各地からお声をかけていただき、  
たくさんの方の健康と豊かさ、幸せのお手伝いをと日々奮闘中。