

にぎたつウェルネス合宿 2024



Healthy & Beauty Program

1泊2日2食付体験型宿泊プラン



写真はイメージです。

一日目

- 15:30 開会
- 16:00 コア・コンディショニング
- 17:00 姿勢改善・ヨガ
- 18:00 夕食〈特選会席料理〉
- 19:30 リストラティブ・ヨガ
入浴～就寝

二日目

- 起床 朝食buffet～自由時間
- 9:00 サーキット・エアロ
- 10:00 体を整えるストレッチ
- 11:45 終了

開催日

8.3(土) ➤ 8.4(日)
15:00 受付 11:45 終了

参加費

特別料金 さらに… 宿泊利用補助券を使用で
9,700円 ➡ 6,700円
(税・奉仕料込み) (組合員・被扶養者)

主催

公立学校共済組合 愛媛支部
〒790-8570 松山市一番町4丁目4-2
TEL 089-941-5393

会場・申込先

公立学校共済組合 道後宿泊所
にぎたつ会館
〒790-0858
松山市道後姫塚118-2
TEL 089-941-3939

詳細

申込方法などの詳細は、公立学校共済組合
愛媛支部のホームページに掲載しています。
[https://www.kouritu.or.jp/ehime/kousei/
seminar/nigitatsu-camp/index.html](https://www.kouritu.or.jp/ehime/kousei/seminar/nigitatsu-camp/index.html)

