

ハワイ発祥 

# セルフ美容整体 ジュガ

ジュガインストラクター rumiko

ゆるゆるな動き痛みのないところで行う  
ストレッチ！老若男女どなたでも安心して行  
えます。正しい体の使い方を覚え体の歪み  
や痛みを改善します。- 10歳巻き戻し！  
ご自身が最高の整体師です。



開講日:第2,第4水曜日10:15~11:30

場所 : 4階茶室

受講料 : 1回 2,200円

持ち物 : ヨガマット.お水.

動きやすい服装で

4/9水  
開校



お申し込みお問合せ  
rumijugah@gmail.com  
またはInstagram DMより



@JUGAH\_DIET.AD\_RUMIKO

【札幌サンプラザ文化教室】

札幌市北区北24条西5丁目1-1

TEL:011-758-3121

### 文化教室受講生(会員)の特典

文化教室受講者の方には会員証を発行いたします。会員証を提示していただくと下記のサービスが受けられます。

#### 記

- 1、 レストラン利用代金の**5%割引**(お支払い時に会員証を提示)  
なお、サービスセット等でご利用いただけないメニューもあります。
- 2、 文化教室ご利用時の駐車料金は、**2時間まで130円**でご利用いただけます。

(フロントで会員証を提示の上、スタンプを押印)

- 3、 ご宿泊される場合は、**ご優待料金**でご利用いただけます。  
季節等により料金が異なりますので、担当者にお尋ね下さい。
- 4、 **スイミングスクールの入会金50%割引**

札幌サンプラザ文化教室 (011)－758－3121

### 札幌サンプラザ施設のご案内

- ◎コンサートホール (506席) ◎温水プール (25m7コース)
- ◎文化教室 (5室) ◎ご宿泊 (58室) ◎駐車場 (203台)
- ◎レストラン「アヴァン・クール」 ラウンジ「ノール・エスト・カフェ」
- ◎会議・研修、ご宴会、ご法要、ご婚礼 会場

各種ご利用お待ちしております。

札幌サンプラザ 代表TEL (011)758－3111