

足裏コンディショニング

～ 足の裏から整えよう!～

大好評!!



みなさんは
“足のうら”
使えてますか??



難しい動きはなし♪



↓ 紹介動画 ↓



こんなことに困ってませんか??

肩こり

腰痛

体が硬い

猫背

など...

体幹の強化で肩こりや腰痛を軽減!

限定!
10名

《参加料》

~~1,800円~~ ⇒ 1,500円

【日にち】 2023年 9月6日(水)、9月20日(水)
 【時間】 15時～16時 (受付時間:14時45分より)
 【対象】 16歳以上
 【持ち物】 飲み物、タオル、動きやすい服装、ヨガマット
 【料金】 1,500円 ※1回参加の場合は、900円/回
 【受付方法】 電話もしくはGoogleフォーム、
 れんげじスマイルホール現地にて

【問い合わせ】
 指定管理者: (株)ティップネス れんげじスマイルホール
 電話:054-641-7715 (受付:10時～17時 ※木曜日休場日)



担当講師: 玉木 啓太
 パーソナルトレーナー
 でも大活躍!
 身体の根本的な
 “不”の解消へと導きます!