

Beauty body

美尻メイキング

筋トレ × ゆがみ調整 × 骨盤ケア

正しい姿勢を学びメリハリボディを！

身体のゆがみをととのえながら、筋トレをします。インナーから鍛えるので、自然と美しい姿勢となり腰痛や肩こりの解消も出来るプログラムです。

講師

加藤敬子

日程

6月3・10・17・24

時間

11:40~12:40

料金

1回 500円

初回6月3日(月)

無料!!

※お問い合わせ：ラク所沢 受付窓口Tel 04-2943-2110

