

女子部イベントのお知らせ

日本橋支部のみなさまへ

『骨盤を中心に全身を整えるレッスン』

～強く・美しく・しなやかに～

日 時：6月6日(金)

時 間：18:30～

場 所：支部事務局

参加費：1,000 円

こんにちは、kyo です。

姿勢は一日にしてならず。
ムキムキ筋肉だけでも、ふにゃふにゃ柔らかいだけでも
美姿勢にはなりません。

すべてはバランス。
美しい音色を奏でる楽器のように、
筋肉をより強く、
よりしなやかに調律しましょう。



骨盤の女王 kyo 先生

参加希望者は 5/30 (金) までに支部事務局までご連絡ください。
男性会員も参加可能です。

今後の予定：7月4日(金) 18:30～ 支部事務局