

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～

こんにちは、kyo です。

カラダの手入れで未来が変わる。

最近、衣料品でも回復リカバリー商品が多く紹介されていますね。

その多くは、カラダを元に戻すものです。
もとに戻すだけでも、疲労を蓄積するよりは良いと思いますが・・・。
ただ、体力はつきませんので、劣化はいずれ訪れます。

元に戻すだけでなく、手入れをすること。
手入れをしているカラダは美しい。
大人は、このお手入れをしている人としていない人の差が大きいです。

より良く保つと、余裕のある立ち振る舞い、優雅さに繋がります。
一緒に、お手入れをしませんか。

日 時：7月4日(金)

時 間：18:30～

場 所：支部事務局

参加費：1,000 円



骨盤の女王 kyo 先生

参加希望者は 6/30 (月) 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：8月8日(金) 18:30～ 支部事務局