

# Start

5 / 11  
SUN

一生ものの姿勢と歩きを！

## 姿勢・歩き方レッスン

初めての方におすすめのレッスン 美姿勢と基本の歩き方が学べます



姿勢と歩き方を整えると体の不調が改善されるので体調も良くなります。運動や筋トレが苦手な方におすすめ！  
普段の歩きでトレーニングができるようになります

### 後ろ姿マイナス10歳！！ 1dayレッスン募集開始！！



1dayレッスン (90分)  
でのBefore After

#### 1dayレッスン日時

5/11(日) 11:15~12:45

5/25(日) 10:15~11:45

6/29(日) 13:15~14:45

7/20(日) 11:15~12:45

場所 さらら仁川

参加費 1回90分/6600円

講師 山本 利美

レッスン詳細につきましてはInstagramにて  
ご確認ください。

ご予約 :090-7488-3062

※インスタ、ラインからも承っております

インスタ



お一人様

1000円  
OFF

2名様以上のお申込み  
でグループ割り！！