

月一カラダメンテ

巻き肩改善編

日頃から姿勢が気になってる方、肩こり・五十肩でお困りの方の共通の悩み『巻き肩』
過活動気味な大きな筋肉問題、肩甲骨の動きで巻き肩に変化が??いつものケアをワンランクUPして不調改善を目指しましょう

担当：青木恭子

- ・日時 2025年 1月20日 (月)
10:00~11:00
- ・参加費 1,100円(税込)
- ・場所 Cスタジオ
- ・定員 20名
- ・予約方法 フロントにてご予約
受付時、同時入金となります。
電話での受付はできません。
- ・予約開始日時 1/6 (月) 12:00~

エクササイズ
動画撮影
レジメ
特典付き