

定員: **6**名

(先着事前予約制)

最少遂行人数3名



Flexible Hammock

フレキシブル ハンモック

充実の45分スッキリしなやか
ボディ革命



6.27 / 7.4 / 7.11 / 7.18 / 7.25 (日)

場所 / Functional studio 時間 / 16:25~17:10

参加費 / 会員価格1,650円 (税込) 一般価格2,200円(税込) / 回 定員 / 6名

■お申込みは参加費を添えて1階フロントまでお越し下さい。

ハンモックの効果

下半身スッキリ

柔軟性アップ

肩こりリセット

よりハンモックによる効果を実感して頂けるレッスンです。
骨盤調整によるヒップアップと脚のラインの変化、**背骨調整**による柔軟性の向上とコンディションアップ、**肩甲骨調整**により肩こりをリセットなどの効果が表れます。



担当: 雄谷 昌子