



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



8.1 (日), **8.8** (日), **8.22** (日), **8.29** (日)

場所/Functional studio 時間/16:25~17:10

料金/ [会員]1,650円(税込) [一般]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