

SilkBody & スタジオK 合同企画 特別イベント 開催決定!

【女性の悩み】
点ではなく線であらえて！
年齢の悩みは実は原因は共通していることが多いです

20~30代
産前産後、子育て、仕事で、ゆがんだ体を取り戻す

40~50代
更年期に明けぬ悩みの多い時期

60代~
いつまでも自分の年齢を誇らし、年齢は半歩も進まない

【予約特典】
個別姿勢チェック シルクサスペンション体験
※当日、セミナー終了後に実施
当日限り有効

2018年12月8日(土) 13:30~15:00

講師：植木京子 (NPO法人美しい体のための健康づくり推進機構)
会場：SilkBody シルクサスペンションスタジオ (※本会場・本会場の案内)
定員：10名
参加費：4,320円 (税込) <テキスト代込> 当日現金にて受付いたします
持参物：動きやすい服装 (更衣室あり)・筆記用具
申し込み方法
<ウェブサイト> <https://reserva.balsilkbody/> (12月の3日特訂で申込ください)
<メール> silkbody5@gmail.com
<LINE> 専用LINE、トーク履歴でメッセージが確認できます
<電話> 0570-045555-1300 (お申し込み専用にお名前と連絡先をお伝えください)

個別姿勢チェック LINE QRコード
シルクサスペンション体験 QRコード

SilkBody シルクサスペンションスタジオ
代表 杉野優子
〒567-0818 茨木市本町1-3 野口ビル2階
silkbodystudio.com

スタジオK FITNESS STUDIO
代表 植木京子
〒567-0806 茨木市本町1-1-20
studiok.ibarak@nara-npo.com

【自立と自律のために】
年齢ごとに違う女性の悩み、でも、原因は同じであることが多いです！
それが、**不良姿勢**
簡単なエクササイズで健康的な毎日を！
コツコツ続けることが大切です。
それが予防にもなります。
このセミナーを皆様の一生を見つめ直す機会にしていだければ幸いです。

ランナー必見！腰痛改善エクササイズ【3軽エクササイズ】

ランニング中、ランニング後、私生活で腰痛でお悩みの方必見！エクササイズで腰痛を改善しませんか？
今話題のシルクサスペンションも体験できますよ。姿勢チェックもしますので、自分の体を見つめ直す機会にお役立てくださいね！

イベント名	ランナー必見！腰痛改善エクササイズ【3軽エクササイズ】
開催日	2018/12/8
受付開始	13:15 ~
申込料	3軽エクササイズ 4,320円
支払方法	会場払い
開催場所	野口ビル2階 SilkBodyシルクサスペンションスタジオ
住所	大阪府茨木市本町1-3
主催者	SilkBody
お申し込み	イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！ https://moshicom.com/23812

