

＼サボりながらが実は一番いい？／

がんばらない 健康講座&体験会

～玉村町の2つの整体院が
タッグを組んだ特別な半日～

2025 6月20日 金

13:00～16:00

参加費

2,000円^{税込}

当日支払い

予約制

定員

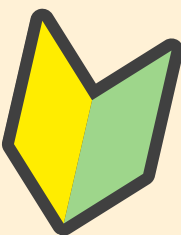
10名

※人数に限りがあります。
お早めにご予約ください。

運動していれば
健康になれる？



とにかく頑張れば
いいと思いませんか？



会場

〒370-1114 佐波郡玉村町小泉42

「国登録有形文化財 重田家住宅」

がんばらなくても、ちゃんと整う

「運動しなきゃ」と思っても、なかなか続かない…
そんな方にぴったりなのが“がんばらない健康法”。
ゆるいのに、効果はしっかり。
続けたくなる“ちょうどいい体の整え方”、
体験しませんか？

ココから
(タウトニング体操)



ほぐたす
(縦巻き横巻き)



＼こんなことが学べます！

【第一部】新しい健康法(15分×2)

- ✓ タウトニングって何？
- ✓ 縦巻き横巻きってどう効くの？

【第二部】からだで体感してみよう
2つのグループに分かれて実践体験！(各30分×2)

【第三部】質問&相談タイム
もっと聞きたい・やってみみたい方に！
講師への個別相談OK
希望者は施術体験も可能！(予約順・人数限定)

参加お申し込みはこちらから(定員になり次第募集終了します。)

■ ご予約はこちらから
フォームに記入してください



お問い合わせ先

☎ 070-8556-0373

ココから(千代田)