

ジャイロキネシス ～しなやかな背中美～

ジャイロキネシス
～しなやか背中美～

カラダを芯から見つめ、すみずみまで意識した動きへと導きます。
呼吸と動きがエクササイズをよりワクワクと気分もアップ！！
ヨガの精神性や太極拳のバランス、ダンスの美しさや水泳の滑らかさと「沢山の気持ち良さ」を全てひとつにしたような贅沢なエクササイズは“流れのある動き”の繰り返しで、皆さんのカラダの奥に眠る可能性や力を呼び覚ましてくれます。
きっとしなやかな強さと自然な開放感を与えてくれるでしょう。
瑞々しい活力に満ち溢れた美しい背中と凛とした安らぎを手に入れてみませんか？



講師:中川 秀樹



2015年9月25日(金) 20:00～21:30

参加費:メンバー 2,592円
一般 3,240円

定員:15名

持ち物:動きやすい服装でお越しください。

※室内シューズ不要

会場:からだの学舎Re-fit

<http://karadanomanabiya.com/access/>

南海高野線「中百舌鳥」駅/

地下鉄御堂筋線「なかもず」駅より徒歩4分

【お申込み・お問い合わせ】

☎072-260-4085

✉ info@karadanomanabiya.com

営業時間:平日9:30～21:30

からだの学舎

検索

からだの学舎

Re-fit

Karada no Manabiya

