

腸ほぐし健康講座

すべての健康の元は「腸」!

いいことづくめの腸ほぐしを、

イルチブレインヨガ

独自のユニークな方法で

ご指導します。

お通じなどの体質改善したい方

体が硬い方、関節が気になる方に。



体が硬くて運動が苦手な方も大丈夫 ! 男性OK !

6/1 (金)~6/30(土)

①10:00~ ②14:00~ ③19:00~

(説明も含め所要時間約 120分)

参加費 : 2,000 円

定員 : 5名様 (要予約)

持ち物 : 動きやすい服装、飲み物、フェイスタオル



▲QRコード予約

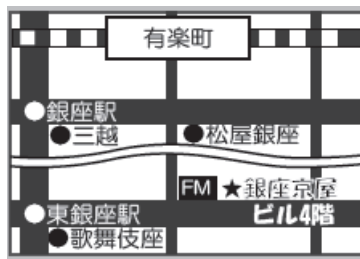
お問合せ・お申込み :

03-6264-3443

イルチブレインヨガ銀座スタジオ

中央区銀座3-7-10 銀座京屋ビル4F

E mail: ib_ginza@yahoo.co.jp



東京メトロ東銀座駅A8出口より
徒歩1分。昭和通り沿い