

新規入会 キャンペーン中

初回限定半額

予約時に「チラシを見た」とお伝えください。

骨盤調整ヨガ®



肩こり腰痛

肩甲骨調整、仙骨調整を行うことで全身の歪みを整え肩こり腰痛の改善に繋がります。
※顔のむくみ、バストアップ

冷えむくみ

体の奥にできた頑固な「癒着」をほぐし、下半身の冷えむくみ予防改善に繋がります。
※血流リンパの流れアップ、代謝アップ

歪み調整

骨盤を中心に体を動かし深層部の筋肉を動かすことで全身の歪みを整える調整法を行います。



一般クラス①

第2火曜日 10:00~11:30

一般クラス②

第3火曜日 10:30~12:00

一般クラス③

第3日曜日 10:30~12:00

予約制・定員になり次第締め切らせて頂きます。

会場:山田地区会館

[TEL]052-503-7178

〒452-0815 名古屋市西区八筋町78

予約・お問い合わせ

さくら骨盤調整ヨガ®

担当 宮田

✉ sakura2017yg@gmail.com