



平綿 香

インストラクター

「歩く」を変える

～身体が整う歩き方～

8人限定

9/22(火・祝)

15:10-16:40

90分

4,400円 税込

9/22 tue
レッスン内容

毎日の歩き方を見直しませんか？

骨盤・股関節・足部・足関節のつながりに着目し、
身体の構造に合わせた歩き方をわかりやすくお伝えします。

歩くと疲れやすい、膝や腰への負担が気になる、
姿勢よく歩きたい方にもおすすめです。

身体のつながりを感じながら、
ラクに・きれいに歩ける身体を目指しましょう！

【定員】 8名(最小遂行人数4名)

【料金】 大森会員:¥4,400(税込)

【申込期間】 8/29(土)10:00～9/18(金)23:55まで

【キャンセル期間】 ～9/18(金)23:59

【予約方法】 WEBサービス→イベント

【持ち物】 タオル・飲み物・筆記用具

レギンスorハーフパンツ（膝裏が見えるもの）

【開催判断】 9/19(土)12:00以降HP最新情報にて掲載

※開催決定後空きがあった場合追加募集を行います。

空き情報はスタッフまでお尋ねください。

※開催決定後のキャンセル・返金はできかねます。