

- 一、目の疲れ
- 一、偏頭痛
- 一、不眠
- 一、倦怠感
- 一、肩こり
- 一、首こり
- 一、腰痛等

その【不調】の原因は
背骨にあった!?

「歳だから…」 「運動不足だから…」
と諦めていませんか？

ピラティスで背骨の緊張をリリースし
本来あるべき状態へと戻すことで

『不調』知らずの身体になりましょう

期間：九月一日〜十月二九日
対象：カーム会員様・

トライアル受講者様

料金：通常レッスンと同様

期間限定イベントレッスン

背骨を正す