


WALIST SIZE STORY

again



お腹の
引き締め方法、
伝授します。

2012年夏、大好評の
イベントレッスンが
パワーアップして
帰ってきた!!!

「体重は変わらないのに…」
「お腹がたるんできた…」

そんなお悩みのほとんどは、“姿勢崩れ
による筋肉の緩み”が原因です。

ピラティスで理想の筋肉の引き締め方を
練習し、夏が来る前にたるみ知らずの
お腹を手に入れましょう♪

美しい
背中編

「姿勢が美しい人は
うしろ姿も美しい♪」
7月は背中まわりを美しく魅せる
エクササイズが盛りたくさん!!
お楽しみに♪

ウェストサイズ物語・アゲイン

2016年7月1日(金)～7月30日(土)

2回体験レッスン
¥2,484 で受付中♪