

PHI ピラティススタジオ Calm (カーム) 期間限定レッスン

Calm

猫背の民よ

胸を張れ!

～丸い背中を撃退せよ～

背筋をのばすにゃ



丸まった背中を
ピラティスで
すっきり解消!

呼吸がしやすい!
頭や首がすっきりする!



期間限定にゃ

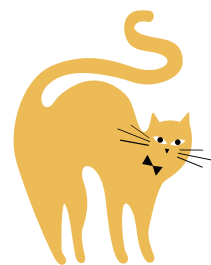
2024.12.1日
-2025.1.30木



気持ち
いいにゃ



肩甲骨を色々な
方向へ動かしながら
固まった肋骨を
動かしていきます



腕の動き・
身体の動きが
スムーズになる!



来てにゃ



広い背中が
引き締まる



お試し2回体験
¥2,530
予約受付中