

9月のお知らせ

円山 studio

★スペシャルクラス★

《鍼灸&Pilates》

●9月21日(月・祝) 10:00~11:30 (担当: KUDO)

鍼で凝りをほぐし、灸で内臓を温めることで、深部からの血流改善を行います。

その後、ゆったりとストレッチしながらピラティスを行うことで、

身体の内外バランスをしっかり整えていきます。

定員 4名様 (女性限定)

●円山会員さま 18ポイント

●グランド会員さま チケット1枚+5400円



《オステオパシー手技療法講座》

●9月22日(火・祝) 10:00~11:20 (担当: TERU)

医師 AT スティールにより、1874年に創始された解剖学的構造の特性を利用した手技療法《オステオパシー》についての基本的な考え方と施術法をお伝えします。

定員 4名様

●円山会員さま 18ポイント

●グランド会員さま チケット1枚+5400円



ジャイロキネシス +セルフマッサージ&リリース

●9月27日(日) 10:30~11:45 (担当: ATSUKO)

セルフマッサージで身体を目覚めさせ、プロップスを使って組織をリリースします。その後、呼吸に合わせて背骨を様々な方向に動かして身体の可動域を広げ、バランスを整えていきます。

●円山会員さま 10ポイント

●グランド会員さま チケット2枚またはチケット1枚+1800円

(※お振替1回分をチケット1枚としても充当可能です。)

