

九州初！

Parasetter (パラセッター)

ベーシック ワークショップ



2つの山型になっている「パラセッター」は、山の部分に筋肉が当たることで心地よくリリースされ、胸郭背面の感覚が向上し深い呼吸を誘導しやすくするため、呼吸の改善に繋がります。また左右のバランスの違いを感じ、動きの中で調整し全身の歪みを整えていくことができる効果があります。

日時：2020年3月8日 10時～12時

会場：オーセルトレーニングジム

(福岡市博多区博多駅南5丁目25-7 3F)

料金：28,600円 (税込) ※商品含

(内訳) コース料金15,400円 パラセッター13,200円

定員：**10名** (早期に定員に達すると予想されますので、ご予約はお早めをお願いします)

対象：ピラティスインストラクター、ピラティスに興味がある方、その他

申込方法：①所属②氏名③職業④連絡先として電話番号とメールアドレスを下記のアドレスにメールにてお申し込みください。後日、申込案内をこちらから致します。

Mail:mail@arancia78.jp

arancia(アランチャ) まで