

自分で身体をケアするスキル学びませんか？

6月特別 WS

ロールモデル® セラピーボール WS

日時：2019年6月9日（日）

時間：14:30～16:00（90分） 担当：Chami

早割料金：レッスン参加料2,500円 / セラピーボール付参加料4,000円

※早割申し込み期限：6/2日（日）まで ※ボール付参加料はレッスン料が1,600円になります

当日料金：レッスン参加料3,000円 / セラピーボール（2個入り）2,400円

ロールモデル®セラピーボールとは？！

※+税になります

筋肉の上をセラピーボールでローリングしながら筋膜リリースしていくNY発祥のボールメソッド！

NYでは医療やリハビリの現場などでも使われているのです！

1回のレッスンで驚くほど効果を実感できるので、自分の身体に痛みや左右差を感じる方におススメです！

