

マイナス10歳若返り!

「顔ヨガ」でアンチエイジング

講師紹介

○顔ヨガ協会認定

顔ヨガ・間々田佳子メソッドアドバンスインストラクター

○講師 : 堺 典子

アパレル・フィットネスデザイナー、エアロビクスインストラクターの経験を活かし、女性を内側&外側から美しく、健康にするために活動をしている。自宅サロン、出張レッスン他、グループレッスン主催、カルチャーセンター、イベント多数。顔ヨガ講師間々田佳子の代行・アシスタントインストラクターとして活動。

概要紹介



脳活顔ヨガ
顔の表情筋を鍛えることで、血流やリンパの流れが良くなり、小顔・若顔・幸せ顔に！加齢制御の権威、白澤卓二の指体操メソッドをプラスして、脳の活性化にも！

玉川高島屋S・C東館4F
コミュニティクラブたまがわ事務局
TEL 03-3708-6125

コミュニティクラブたまがわ

検索

□スケジュール & カリキュラム

2017年4月 ~ 2017年9月

回数	開催日	時間	カリキュラム
1	2017年4月6日(木)	10:30~12:00	基本ポーズ
2	2017年6月1日(木)	10:30~12:00	基本ポーズ+たるみ上げ
3	※2017年6月29日(木)	10:30~12:00	基本ポーズ+目ヂカラアップ
4	2017年7月6日(木)	10:30~12:00	基本ポーズ+左右バランス
5	2017年8月3日(木)	10:30~12:00	基本ポーズ+ほうれい線解消
6	2017年9月7日(木)	10:30~12:00	基本ポーズ+小顔・二重あご改善

活動日時・受講料ほか

- 日時 : 第1木曜日 10:30~12:00
※6月29日は第5木曜日ですが授業を行います。
- 年会費 : 5,400円(2年間有効)
- 受講料 : 19,440円 6カ月全6回
- 会場 : 玉川高島屋S・C 東館4F
コミュニティクラブたまがわ

お客様にお持ちいただくもの

- ① スマホ・携帯電話又はデジカメ
- ② 手鏡
- ③ 筆記用具

ご案内

- ① スケジュールやカリキュラムは都合により変更となる場合がございますので、予めご了承ください。
- ② 天候悪化や交通事情等により「講座中止」の場合は、直接お電話をさせていただく事になりますので何卒ご了承ください。

※表示価格は、消費税を含む総額にて表示しております。