



人気講座

毎月第1水曜日は足活の日

月イチ足活



6/2日(金)
受付開始

これまでの愛心棒クラスに、今回新たに踏み板クラスが加わります。100均で購入できる踏み板を使って足裏をほぐします。踏み方を少し変えるだけでも、効果アップ！お好きな日程やテーマをお選びください。1回でも4回すべてでもOKです。ご自分のために、ご家族のために、不調を足から整えましょう。

● 講師：梅谷恵美

- 受講日：① 7月5日(水) 踏み板で足活
- ② 8月2日(水) 冷え・むくみケア
- ③ 9月6日(水) 踏み板で足活
- ④ 10月4日(水) 秋バテ予防
- 全て 10:00 ~ 11:30

- 受講料：2,000円/回
- 教材費：②と④初回は2,000円

【愛心棒、若石バーム（施術用クリーム）、反射区図表】

①と③は110円【プラスチック製踏み板】

お手持ちの踏み板持参の場合、教材費は不要です。

- 持 参：フェイスタオル、筆記用具
- 申込方法：インターネットまたは電話受付 0940-37-1425



coubic.com/yurix-nikkori