



## こんな悩みがある方

- ☑ カラダが歪んでる感じがする
- ☑ カラダが硬くてつらい
- ☑ 下腹ぽっこりが気になる
- ☑ 猫背や姿勢が気になる
- ☑ 関節・筋肉の痛み
- ☑ 骨盤・股関節の動きが悪い



## ピルビスワーク（骨盤矯正）



### 開催日

(木) 20:00～21:00  
(金) 19:45～20:45  
(土) 11:00～12:00

※毎回先着7名  
※参加費 1回1,650円(税込)  
※5週目はお休みです