

# カラダケア

## ～痛み緩和の8ステップ～

### あなたは知っていますか？

自分の身体は、自分で整えようとしなければ、痛みはなかなか改善されないということを。

でも、それがわかって、実際どうやって整えたらいいのか、、、

### どんなストレッチが？

### どんな運動が？

自分に合ってるのか、わからないですよ。

そんなあなたに、このカラダケアは非常にお勧めです！

何故なら、

全8回で、身体の状態を把握し、あなたに最も合った、身体の整え方を伝授するから！

ただ何となく運動をするのか。それとも、身体のプロに伝授してもらった運動をするのか。

効果の差は歴然です。

まずは1度、ご体験ください。

本コース 60分8回 60,480円 → 10%OFF 54,432円 (税込)

初回体験コース 60分7,560円 → 2,580円OFF **4,980円** (税込)

〈日時〉 1月、2月の火曜・木曜・その他の曜日応相談  
10時～22時

〈予約〉 フロント、もしくはお電話

〈担当〉 柴雅仁 (鍼灸師・パーソナルトレーナー)

