

身体の内側から輝く

PLAT! SPORTS
SHIBUTA パートナーズ

臓活ヨガ代表
前田恭旺子氏

臓活ヨガ

☆ 1.31 [土] 15:30-16:30

- 参加費 一般2,500円、サブスク会員1,000円
会 場 ひがし健康プラザアリーナ
定 員 100名 (事前申込制)
対 象 中学生以上



お申込みQR

腸だけじゃない！内臓全てが大切

臓活ヨガで、東洋医学に基づく呼吸・ポーズ・マッサージを通して五臓の働きを整えます。冷えやだるさなど、「なんとなくのお不調」を根本から解消し、本来の健やかさを取り戻しましょう