

Health & beauty イベント特別企画！



シンヤ幸三(ダイヤモンド王子)の 今日から美姿勢！特別講座！

楽しく
美姿勢

今日から
モテ姿勢

場所：ひがし健康プラザ 談話室

日程：2026年 1月31日（土）
9時30分～10時15分

定員：20名 先着順

対象：おおむね60歳以上

内容：注目のダイヤモンド体操で健康的な姿勢美人に！！

美姿勢につながる効果的な運動を楽しくご紹介します。

料金：500円（当日現金支払いのみ）※サブスク会員無料

申込：下記応募フォームより先着順

【お問合せ・ご予約】

☎ 03-5466-2291

ひがし健康プラザ「王子パーソナル係」まで



PLAY!
SPORTS
SHIBUYA
パートナーズ

トレーナー紹介：新谷幸三（しんやこうぞう）

JMFA公認ジェネラルマスタートレーナー
渋谷区認定若返るダイヤモンド体操考案者
渋谷区フレイル予防事業出演者
公益財団法人公認スポーツプログラマー

