

… 参加者限定特典 …

2025/1/27 @ミズトリスポーツクラブ 五反田studio

柔軟性・可動域アップ

股関節

肩・首まわり

バランス

重心

体幹

Personal Training

Kei Style 通常60分 ~~8,800円~~ のところ **5,000円**

姿勢の崩れ、筋力・パフォーマンス・柔軟性の低下、肥満、痛みなどの原因はどこからきているのか
動作分析、関節の動きをチェックいたします。

関節は可動域の47%を占めていて、手技アプローチが必須です！

- ◎身体にストレスをかけずに筋肉をほぐす
- ◎筋肉反射により内蔵機能を高めホルモンバランスを整えダイエットに結び付ける
- ◎メンタルを上げる姿勢改善など…

基本+α満足していただける結果を残します！

本来持っているご自身の力を最大限に引き出し、新しい発見・生活の向上に尽力してまいります。

コンディショニングはお任せを！

トレーニングは楽しく！

あなたのライフワークのお役に立てるようサポートさせていただきます。

目標に向かい、一緒に頑張りましょう！

パーソナルトレーニング&ストレッチ

Kei Style トレーナー 池田恵子 08030009142

〒214-0014 神奈川県川崎市多摩区登戸1604 エスカレントII 102

登戸郵便局前、世田谷町田道路を挟んだ向かい側 ※店舗前に駐車場あります。



www.kk-noborito.com