

1日講座

「ひめトレ」

ひめトレポールを使って、1回のレッスン
でウェスト2~3センチも細くなる！

7センチ減った方も！

姿勢・腰痛・肩凝りの改善、尿漏れの
予防に効果的。



日時：1月26日（月）

12：45～13：45

参加費： 1,500円（税別）

定員：9名（最少遂行人数3名）

* 1/19（月）までに5名以上で実施

インストラクターから一言

お正月太りをひめトレで解消！

ウエスト痩身に即効性有り！

担当 平野 律子インストラクター