

# 足もみ健康法◆成城ホール

身体中のツボが集中する足の裏。  
足もみで身体にたまった老廃物(よごれ)を流せば、  
身体も心もすっきり!  
官足指導員の滝澤先生のもと、  
初めての方でも楽しく学べます。  
台湾式足もみ健康法、あなたも始めてみませんか?



講師: 滝澤 利伊

台湾式足もみ健康法官足法指導員、  
ヨーガ・インストラクター、自然食・自然療法研究会

成城ホール 4階集会室E

1回 800円 / 回数券 4回◆3,000円 8回◆5,600円

※要予約

服装: スウェットなど動きやすいもの

持ち物: ヨガマットまたはバスタオル、汗拭き用タオル

ご予約・お問合せ: 成城ホール事務局 03-3482-1313

3月12日・26日  
4月9日・23日  
すべて月曜日  
10:00~11:20

成城