

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

8月13日・27日
9月10日・24日
すべて月曜日
10:00～11:20

成城