

満員御礼

レディース講座

【ストレスケア
アロマストレッチ講座】



6月15日（水）第二回レディース講座

『ストレスケアアロマストレッチ講座』が開催されました。

お仕事帰りの方も参加していただけたら…と思い、

今回**初!**の試み！平日夜19:00からの開催でした！

皆さんリフレッシュできましたでしょうか？

満員御礼、ご参加ありがとうございました。

日中参加できない働き盛りの女性達の、
健康にお役に立つセルフケアをお伝えいたします！

永井先生ありがとうございました！

遠く上越市や出雲崎からもお越し
いただきました。

講座が終わった後も参加者さん達は
先生に質問されていました！

次回は1ヶ月後の7/15
「美姿勢コンディショニング講座」
です！お楽しみに！

