

参加費無料です

スタイリッシュ ウォーク “粋”

『感謝祭』 きれいに歩いてもっと素敵に！

9月28日（土）10:00 開始～11:30

＜なかのZERO B2F リハーサル室にて＞



『美しい姿勢できれいに歩く』

日常の中で簡単に実践できるコツをご指導いたします。



Stylish Walk “IKI” 2019

☞ 直接会場にお越しください

「笑い与健康フェスティバル2017～ZEROから届けるアート・サプリ～」にて
スタイリッシュ・ウォーク講師を務められた平本玲子先生に教えていただきます。

※初めての方でもご参加いただける内容となっております。

※男性もご参加いただけます。ビジネスシューズをお持ちください。

※動きやすい服装（パンツスタイルがお勧めです）、普段お使いになっている
パンプス（ヒール5cmまで）をお持ちください。ブーツ、サンダルは不可です。
靴のご用意がなくても素足でもレッスンは可能です。

※「スタイリッシュウォーク “粋”」サークルが主催する教室です

☞ 詳細は「まなびばネット」 <http://tokyo-nakano.genki365.net/>