

日々自分のことを後回しにして頑張る
★ **アラフォー女性**たちへ。

まずは、あなたのための

★ **10/17(土) 1時間**をプレゼント!

キツイ筋トレは一切不要!

★ 現役看護師が教える

「負担をかけない正しい身体の動かし方」で、
無理なくしなやかな**体型**を取り戻す

解剖学フラレッスン。



現役看護師
YUKAKO
のフラ

こんなお悩み、
見て見ぬフリをしていませんか?

- ✓ 運動不足は解消したいが、
キツイ筋トレや走ることは
絶対に続かない
- ✓ 毎日ストレッチをしているのに、
身体の硬さや重さが
全く抜けない
- ✓ ただ痩せるのではなく、
女性らしい「しなやかな身体」に
なりたいたい

たった1時間の体験で手に入る
「理想の未来」

- 解剖学に基づいた効率的な動きで、
最短でしなやかな身体の土台ができる
- 無駄な力みが抜け、日常の
歩き方や動作まで美しく整う
- 心と身体の緊張が解け、笑顔で
余裕を持って家族に接する
ことができる

現役看護師・YUKAKOのフラが
選ばれる**3つの理由**

- 1 キツイ筋トレはゼロ。
足裏と重心の使い方
で身体を変える
独自メソッド
- 2 日常の姿勢や歩き方で
美しくなる、無駄を削ぎ落とした
身体操作
- 3 現役看護師の視点で、
最短距離で「しなやかな身体」へ
導く圧倒的な指導力

生徒さんの声

★ あなたの不安、ここで解消できます!



ただ共感するだけでなく、
膝の向きなどの確に
指導してもらえて
安心感が違います!



身体はちゃんと
応えてくれると分かり、
**変わる自分が想像できて
嬉しいです!**

YUKAKOフラダンス 特別体験会 詳細

日時

10/17(土) 13:30~14:30

場所

ハヤシユナイテッド 文化ホール鈴鹿 音楽室

体験料

通常1500円 → **【先着3名様限定】特別価格 1000円**

先着
3名様
限定

申込方法

右記QRコードから
公式LINEへ登録し
「10/17体験希望」と
送信!

お気軽にどうぞ♪



身体が変わると、心が変わる。毎日がもっと軽やかに、もっと私らしく。