



姿勢を変えるだけで出逢 いが増える 歩くだけで 理想のヒップを手に入れ る！1か月でマイナス1キ ロを目指す美脚ウォーキ ングレッスン

1か月正しく歩くだけで

マイナス1キロを目指しましょう。

スタイルも良くなって、立ち振る舞いも美しければ

印象もUP！

出逢いの数が増えること間違いなしです！

ふだんの姿勢が今のあなたの体型を作っています。

ふだんの生活の中で正しい姿勢にし、

キレイに歩くことにより

筋肉のつき方が変わり美脚になったり

ボディが引き締まり贅肉もとれ、

バストアップもしたりして

美ボディになっていきます。



特に今回は、

歩きながらヒップアップしていくレッスンです。

あなたも一緒に美尻を目指しませんか？

開催日

2018年09月02日

♥ 時間： 13:00 ~ 15:00 （受付：12:45 ~ ）

♥ 場所： 「恋旅企画」イベントルーム内

(名古屋市中区栄3丁目19番19号

フォルテ栄ビル6階

地下鉄名城線：矢場町駅5番出口から徒歩7分
)

- ♥ 参加資格 : 20歳以上の独身女性であればどなたでもご参加できます。
- ♥ 定員 : 最大30名 先着順
- ♥ 参加費用 : 3,000円 事前振込み（振込先は申込み後にメールにてご案内いたします）
- ♥ 持ち物 : 筆記用具

<p>内容</p>	<p>【講座の内容】</p> <p>STEP 1．座学（知識） なぜ、歩き方が重要なのか？歩き方、普段の姿勢が今のあなたを作っている！？</p> <p>STEP 2．立ったまま出来るエクササイズ いつでもできる簡単美尻エクササイズ！</p> <p>STEP 3．現在の自分をチェック 自分の姿勢や歩き方のクセを知る</p> <p>STEP 4．基本の立ち姿勢レッスン 立ち姿勢ひとつで印象UP！</p> <p>STEP 5．基本の歩き方レッスン 歩き方を実践！ビフォーアフターをペアになって撮影します。</p> <p>この講座を受けて、歩くだけでマイナス1キロ！</p> <p>美脚と美尻を手に入れませんか？</p> <p>出逢いも増えること間違いなしです！</p>
<p>申込方法</p>	<p>恋旅企画ホームページより http://www.travel-ct.com/school/3007011.html お電話より 052-265-9753 あいこナビ申込フォームもご利用いただけます</p> <p>参加確定後、メールにて振込先等の連絡をいたします</p>



申込締切	定員に達し次第募集を締切らせていただきます。 先着順
備考	取消料 開催日の3日前より参加費全額の取消料となります。
お問い合わせ先	株式会社トラベルクリエイト 恋旅企画 TEL:052-265-9753 email:nagoya@koitabikikaku.com



姿勢を変えるだけで出逢いが増える 歩くだけで理想のヒップを手に入れる！1か月でマイナス1キロを目指す美脚ウォーキングレッスン

(主催：株式会社TRAVEL CREATE 恋旅企画)

<https://www.aiconnavi.jp/event/detail/2832>

