

イケコからだスタジオ 10月 からだ講座

肩・肩胛骨講座

2013年 **10月19日(土)** AM10:30~12:00

講座の流れ

肩・肩胛骨の動きは？

↓
肩・肩胛骨の動きのチェック

↓
肩・肩胛骨の動きを
スムーズにする体操

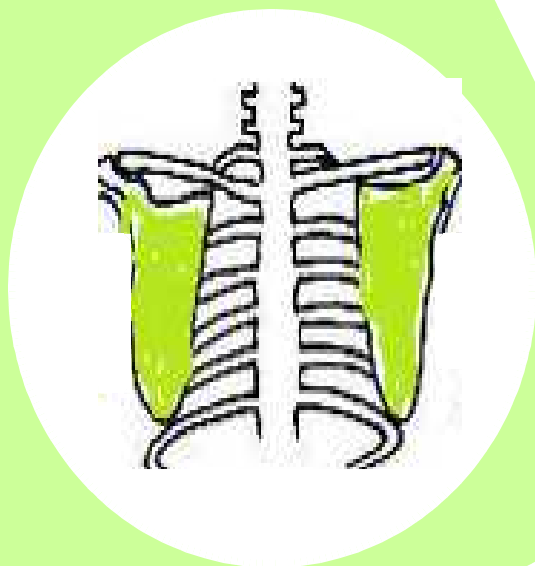
↓
赤ちゃんの動き

参加費：2,000円

会場：イケコからだスタジオ

定員：10名

肩胛骨で空を飛ぼう！



講師：イケコ



- 東京女子体育短大卒
- IFF国際公認 フェルデンクライスメソッド
プラクティショナー
- 寝ころ美体操・スケルトリアルシンジクリエーター
- 1998年埼玉県体操協会より優秀指導者賞受賞。
- 市民大学北本学苑キタカク講座講師
- 2013年5月TBSはなまるマーケットで紹介される。

11月のからだ講座は11/16(土)
歩く立つを楽にする体の使い方

会場：イケコからだスタジオ
申し込みTEL 048-591-8085



HP:「イケコからだスタジオ」で検索