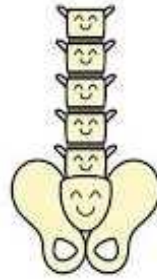
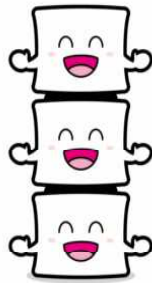


イケコからだスタジオ1月「からだ講座」

背骨・骨盤講座

2014年 **1月18日(土)** AM10:30~12:00

脳とからだをつなぐ動きフェルデンクライス



脳とからだをつなげる動きのしっすこを通して、骨盤と背骨のつながりを楽にスムーズにする講座です。腰痛の原因の多くは、背骨と骨盤や仙骨のつながりがうまくいかないことで起こるのです。

イケコプロフィール



- 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・スケルトンアシストインストラクター
- 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ョウガク講座講師
- 2013年5月TBSはなまるマーケットで紹介される。

参加費：2,000円

会場：イケコからだスタジオ

定員：先着13名

***2月は15日(土) 股関節講座です。**

申し込みTEL 048-591-8085

イケコからだスタジオ
北本市中央1-80岩下ビル2F
北本駅西口から桶川方面に徒歩3分
東和銀行斜め向かい



HP: [イケコからだスタジオ]で検索