

顔だってケアしたい フェイシャルヨガ体験講座



顔はからだの一部です。

顔の筋肉を動かすことで表情が生き生きし、
血液やリンパの流れがよくなり全身の新陳代謝が高まります。
お顔のしわやたるみの改善、肩こり、頭痛などの改善にもつながります。

【定員 15 名】



9月10日(火)

13時30分~15時30分



- 場 所:生活クラブ生協くらぶメゾン志木2F スペース IMA
志木市館 2-6-11 ペアクレセント(東武東上線「柳瀬川」駅前)
- 講 師:MASAE さん
高津文美子式フェイシャルヨガ認定インストラクター
- 参加費:1,500 円
- 持ち物:手鏡(手のひらサイズで自分の顔が見える大きさ。化粧コンパクトの鏡でも OK)・筆記具



MASAE

座学なので動きませんが、肩の凝らない服装がいいです

お申込み・お問い合わせは

NPO法人 大人の学校

電話/ファックス 048-866-9466

メール otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp