



9/17(木)21:00～

佐藤茉美

「美BODY～しなやかさの追求～」

---

○ &LUBIEグランドエグゼクティブインストラクター佐藤茉美による、美BODYシリーズ第1弾。

『優美な身体～しなやかさの追求～』

常に呼吸と筋肉の声に耳を傾け、さらに身体の動きを連動させることにより、美BODYには欠かせない強い筋力と柔軟性を養います。より洗練された女性らしい、しなやかなBODYを手に入れましょう。