

スタッフも大絶賛！！！！



体質改善・気功

お得に体験できる！2月27日まで

心身の調子を整える効果
免疫力を向上させる効果



担当 鎌田 健志氏

仙台市太白区中田町にある仙台市中田温水プールが、2月27日(木)までフィットネススクールのお得な体験会を開催する。今回体験できるフィットネススクールは「体質改善・気功」(毎週木曜日 10時10分〜10時55分)のクラスで、担当するのは五行気健康法を主宰する鎌田健志先生。気功は主に内気功と外気功に分けられる。その2つのうち自分自身で行い、自身の心や身体の健康を回復・維持・増幅するために体内に「気」を循環させ、気の質やコントロールする能力を高めるものを「内気功」と呼ぶ。

鎌田先生「体質改善気功のクラスでは、東洋医学の五行に基づき、丹田呼吸法を行いながら体を動かす「内気功」を実施する事で、自律神経の調整や内臓のリフレッシュなどを目指します。難しい動きはなく、初めての方でも楽しく受講できるこのクラスを是非一度ご体験ください。」

2月27日(木)までの開催中に是非一度は体験してみたいものだ。

体験会のお知らせ				こんな方におススメ!
曜日	毎週木曜日	時間	10:10~10:55	<input checked="" type="checkbox"/> 心身の調子を整えたい! <input checked="" type="checkbox"/> 冷え性を改善したい! <input checked="" type="checkbox"/> 免疫力を高めたい! <input checked="" type="checkbox"/> ダイエット、メタボ改善したい! <input checked="" type="checkbox"/> 肌を若々しく保ちたい!
料金	550円(税込)	定員	特になし	
申込	・電話での予約後、窓口にて申込・ご入金頂きます。 ・当日のキャンセルはご返金致しかねます。			



体験料：550円(税込)