

＼ 知って・動かして・体感する /

# 美容カイロDAY

抱っこや授乳、寝不足が続く毎日。  
気づかないうちに、がんばりすぎていませんか？

**3月10日(火) 11:10~12:00**

美容カイロプラクティックは、骨格・筋肉・皮膚をトータルケアします。  
骨盤や背骨を整えることで血流や神経の流れをスムーズにしていきます。  
その場しのぎではなく、「なぜ不調が出ているのか」を知り、  
これからの体をラクにしていくことを大切にしています。

## 体験内容

- ・美容カイロについて簡単なお話
- ・AI姿勢診断で今の体をチェック
- ・全身の血流大そうじ体験(ゴムバンド使用)



講師：林 理紗子 先生

子育て中でも無理なく続けられる  
体づくりをお伝えします。  
子どもの成長を支えるためにも、  
まずはママパパの身体から整えてみませんか？



## 場所

甲西イトマンスイミングスクール  
ギャラリー

## 対象

大人の方

## 人数

10名

## 料金

1,000円 (税込)

当日、現金にてお支払ください。

## 持ち物

動きやすい服装、タオル、飲み物

## 申し込み方法

フロントにて直接お申し込みください。(電話予約可)

