

# ベストボディモデル日本入賞トレーナーによる ヒップアップトレーニング

正しい姿勢を身につけ美ボディを目指す

1/29  
(土)

▶ 11:00~  
▶ 17:00~  
各回45分程度



パーソナルジムVALOR  
代表 宮武マリオ涼

【参加料金】 ¥3,300

【定員】 4名

【場所】 美容整体 makani

【内容】 自宅でも続けやすいこのトレーニングは、大きい筋肉の1つである、お尻の筋肉を中心にアプローチし、効率よく鍛えていきます。骨盤の位置を整え、ヒップアップ & 美・ボディを目指しましょう！

【講師】 VALOR代表 宮武マリオ涼

元自衛官で体力錬成メニュー作成係を勤める。  
大手パーソナルジム2年勤務のち、パーソナルジム VALOR代表に。  
2020年 ベストボディモデル日本6位入賞。

美容整体makani  
チケットはこちら



表示料金は消費税込みです。内容は変更になる場合がございます。変更の場合は公式サイトまたはSNSなどでお知らせをいたします。

