



目元・頬を鍛えて美しく!!



表情美 UP でアンチエイジング



年齢とともに筋肉の衰えが来るのは、身体だけではありません。大切な顔の筋肉も緩んできます。フェイスストレッチの清水則子先生の指導で顔面筋を鍛え、目元のシワや法令線対策の部分ポイント集中講座です。今のご自分を大切にしつつ、これからさらに素敵に輝きましょう。

① 9月28日 目の周り・シワの改善

② 11月16日 ほほの引き締め法令線対策

両日とも：土曜日 午後1時～2時半

費用：参加費1回900円 テキスト1冊600円

場 所： ゆうゆう久我山館

講 師： フェイスストレッチング 清水則子

(様々なセミナーで講師として活躍中!)

定 員： 各回 20名(先着順)