

美しさを追求!

女性の為の

# 美と健康セミナー

◆第一部◆ 14:00~15:00

キレイなラインのカラダを目指す為の  
食べて痩せる食事セミナー

講師:小島 ちひろ(栄養士)



◆第二部◆ 15:15~16:15

キレイな姿勢、小顔になる為に  
体感型美容セミナー(リフトアップ編)

講師:蒲生 誠人(クリスタルボディーデザイン オーナー)



定員 20名!

7月30日(日) 14:00~16:30

会員様:無料 会員様以外の方:500円

※ご予約はフロント、又はお電話にて



**LEALKA**  
Hawaiian Fitness & Spa

レアレア&オーラスパ 東戸塚店

TEL:045-829-0808

〒244-0805神奈川県横浜市戸塚区川上町90-1 アップル東戸塚ビル4F

【営業時間】 火~金 9:00~23:30 土・日・祝 9:00~21:00

【休館日】 月曜日・法定点検日

詳しい情報はWEBをチェック! 「レアレア」で検索!