布ナプ普及協会では布ナプキンを伝える活動とともに
わたしたちが毎日を心地よく過ごせる提案をしています。

すまいる
れっすん

∞ 今回のポイントレッスン ∞

骨盤矯正セルフケア
その場でウエスト数センチダウン

スマイル レッスン♪

in 仙台

マイベストスマイルをみつけましょう
華やかな笑顔は筋肉運動です。トレーニングで解決しましょう！

自信が持てる立姿と歩き方のテクニック
ゆるがない、凛とした立姿。腰痛肩こりO脚改善で、小尻、バストアップ、
ウエスト引き締めにも効果的。

写真写りUPのポイント
集合写真で差をつける方法を実技でマスター。

美しい座り方
生まれ育ちのよさがはっきりわかる座り方。

other
健康のお悩みQ&A.プロの裏技教えます！

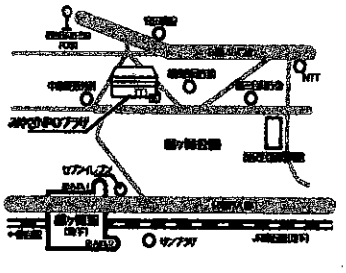
日　時：24年**6月21日（木）10：00～11：30**
（準備のため5分前にはお席にお着きください）

場　所：NPOプラザ　研修室
宮城県仙台市宮城野区榴ヶ岡5番地

参加費：2000円

定　員：15人

申し込み方法：ファックスかメールにてお申し込みください。
確認次第こちらからご連絡いたします。



講師紹介

NPO法人日本セラピー普及会
施術室　優しい手
代表 **東 順子**先生

NPO法人日本セラピー普及会
リフレクソロジー（足の反射療法）を中心とする自然物理療法の普及活動を行っている。
平成18年5月設立

施術室　優しい手
NPO法人日本セラピー普及会のプロコースの卒業生の働く場として平成19年11月設立。
http://www.j-theyapy.jp

【主催】 NPO布ナプ普及会　【協力】 なぶなぶガーデン

お問い合わせ | NPO 布ナプ普及協会 | 〒981-3106
仙台市泉区歩坂町67-25-103
Tel / Fax 022-374-2488
http://napu2.com
mail:napu2@napu2.com