

カラダの中から、本来の美しさを体感。

エグザス下北沢で、宮原もとみスペシャルセミナー開催。

Special Beauty

年を重ねるごとに
もっと美しく
もっと健康に...



美のカリスマ 宮原もとみが
ビューティー・ヘルシーアップを
プロデュース。

1 ビューティーメイク術

もっともっと美しく、健康に...

美しく・健康に華やかにライフスタイルをエンジョイできたなら毎日
とてもステキになるはず。アナタに合わせたビューティーテクニックを
宮原もとみが親身になって、スキルアップ致します。このままでは...
もっと美しく...、健康になりたい...。様々なご要望にお答えします。
まず1歩踏み込んでみてください。

2 キレイな体の作り方

2時間でアナタは変わります。

あれこれキレイになるために努力しても効果が無かった...。真実
のキレイをセミナーで取得しましょう。身体の中から美しくなれば、
すべてが向上します。健康ならば美しい...。そのノウハウを正確に
宮原もとみが提供いたします。

3 姿勢矯正・ウォーキング

輝くオーラを放つ秘訣を伝授いたします。

どんなに高価な物を身にまっても、美しい歩き方とウォーキングが
身についてないとキレイに見えません。とても大切なポイントです。
セミナーを受けた次の日から、アナタのオーラが変わります。

★メタボリック解消などに役立つ内容も充実

セミナーは定員に限りがございますので、ご了承ください。
先着順となっております。詳しくはエグザス下北沢スタッフまで。



ユナイテッド・スポーツクラブ エグザス下北沢
〒153-0033 東京都世田谷区代田5-20-3

☎ 03-5486-9821



初めての方でも安心!エグザス下北沢で 新たな自分を発見しよう!!

「フィットネスクラブ=運動するだけの場所」と思っていませんか?
エグザスは「運動のある生活」を続ける空間です。
楽しく続けたいアナタを全力でサポートしています。

Machine gym



カラダにやさしい最新器具を揃えております。体力アップ、シェイプアップ、体質改善など、いろいろな効果が望めます。体力や目的に応じたメニューを作成いたします。

Pool



水の中は、足腰に負担をかけず効果的に脂肪を燃焼させることができます。週約60本のプログラムを、自由に何回でもご参加いただけます。

Studio



簡単、楽しいプログラムがいっぱい。初めての方から経験者の方まで飽きることなく続けられます。週約120本のプログラムをご用意しております。



ミストサウナ

運動でかいた汗を流し、日頃の疲れを癒してリフレッシュしましょう。顔や肌にやさしいミストサウナは女性にオススメです!



岩盤浴

抗酸化性を併せ持つ岩盤浴特殊黒石を温め、その石の上に横になり、身体の中心部から温まっていく人気の美容・健康法です。

- 営業時間 / (月)~(金) 7:00~24:00 (土)9:00~21:00 日・祝日9:00~20:00
- 入会受付時間 / (月)~(金) 23:00まで (土)20:00まで 日・祝日 19:00まで

<http://www.xax-shimokitazawa.jp>



Profile 宮原もとみ

「身体の中から美しく」をテーマにモデル活動の他に、多くの著名人の真の健康、真のビューティーアドバイスを手がけるほか、幅広い事業のプロデュースやコーディネートに積極的に取り組み、各分野で活躍中。年齢とはかけ離れた容姿に注目され2年間で数十社の企業のキャラクターモデル・コメンターターとして仕事の依頼を多数。ポスター / フレッシュ・雑誌 / TV-インターネット・トークショーに多く出演中。

公式サイト <http://www.mbb-cleef.com/>

条件	内容	料金
会員	セミナー (ビューティー・メーカー・キレイな体の作り方)	¥2,500 両方で
	姿勢矯正・ポージング	¥3,800
ビジター	セミナー (ビューティー・メーカー・キレイな体の作り方)	¥3,500 両方で
	姿勢矯正・ポージング	¥5,000

※一つの項目からお選びいただけます。

セミナー費お振込先

三菱東京UFJ銀行(銀行コード:0005) 新宿通支店(支店コード:050)
普通 3467441 口座名 株式会社ジー・スポーツ
※ビジターの方はお振込の際にご自分のお名前(姓)に(M)と入力してください。