

# CORE TUNING

## コアチューニング体験会

数々の伝説を生んできた究極のメソッド

# CORE TUNING®

身体が変われば、人生が変わる

呼吸、脳、筋肉を繋げ、心身に生じたプレを整えるコアチューニング。  
肩こり、腰痛などの「身体の不調を改善」、ダイエット、美肌、姿勢改善などの「美容」、無限の可能性を秘めています。

コアチューニングを生活に、仕事に

**開催日時** 9:00~11:00

※ご希望の各館にお問い合わせください。

**穴川コミュニティセンター**

10/7

**畑コミュニティセンター**

10/14 11/11 12/9 1/13 2/10

3/10

**幕張コミュニティセンター**

10/21 11/18 12/16 1/20 2/17

3/17

**土気あすみが丘プラザ**

10/28 11/25 12/23 1/27 2/24

3/24



**講師**

JAPANコアチューニング協会

CT認定講師 越水幸康

**参加費** 1,000円

**定員** 10名

最小開催人数： 5名

※人数に達しない場合は開催中止となります。

**持ち物** ヨガマット・タオル・飲み物

運動できる服装

お問合せ・お申込み： 土気あすみが丘プラザ

千葉県緑区あすみが丘7-2-4

TEL：043-295-0301