

ANA クラウンプラザホテル福岡

「鍛えない・頑張らない・力を入れない」で無理なく始められる

「プライマリーウォーキング」体験会開催

ANA クラウンプラザホテル福岡(福岡市博多区 総支配人原めぐみ)では、フィットネスセンター サンテロワにて4月よりスタートする新プログラム「プライマリーウォーキング」の体験会を実施いたします。プライマリーウォーキングとは、日常の立ち方や歩き方に着目し「鍛えない・頑張らない・力を入れない」をコンセプトに、歩きながら身体を整体する健康法で、無理なく誰でも気軽にチャレンジできます。サンテロワで正しい姿勢を身に付け、心身ともに健やかな春を迎えませんか。

【プライマリーウォーキング体験会 概要】

- 開催日時 : 2017年2月9日(木)・3月9日(木)
【昼の部】2:00pm~2:45pm 【夜の部】7:30pm~8:15pm
- 料金 : 一般のお客様 1回 ¥2,000 サンテロワ会員 1回 ¥1,500
※料金は消費税込み
- 開催場所 : 3F フィットネスセンター サンテロワ
- 定員 : 各 10名

講師プロフィール

瞑想にて心と身体を整える方法「ルーシーダットン養成コース」を福岡にて主宰。
数々の資格を持ち、食事・運動セルフボディケアにて「身体の内側から綺麗に」を
モットーにセルフケアや無理のない運動を指導している。
2014年プライマリーウォーキング 正式指導者取得。



講師 東 久美子

【教室のお申込み・お問い合わせ先】

フィットネスセンター サンテロワ

TEL : 092-472-7835 E-mail : santeloi@anacrowneplaza-fukuoka.jp

【リリースに関するお問い合わせ先】

ANAクラウンプラザホテル福岡 マーケティング & PR 國房 裕代
TEL : 092-472-7767 FAX: 092-472-7705
E-mail : hiroyo.kunifusa@anacrowneplaza-fukuoka.jp