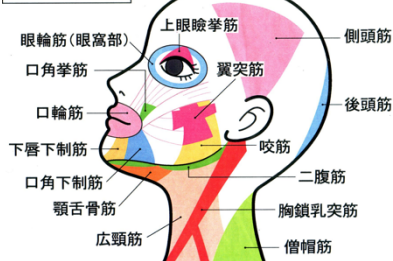


# 輝く笑顔で魅力UP 美しくなるフェイストレーニング

表情筋(横)



健康的で、生き生きとした表情作りを目指す、お顔の筋肉トレーニングです。明るく、お洒落な隠れ家スタジオで、素敵な笑顔づくりにチャレンジしませんか？

お顔の内側にある表情筋を鍛えることで、貴女を持つ本来の肌の力を引き出し、たるみやしわを予防。明るく美しい健康的な表情に♪

こんな貴女にお勧めのエクササイズプログラム！

ビジネスシーンでの魅力的な表情を目指したい・・・表情が硬いと言われた・・・

フラダンスの演技中素敵な笑顔で踊りたい・・・

アンチエイジング・若々しい表情を作りたい・・・

代謝を促進、小顔を手に入れたい・・・ドライアイ・・・etc.

受講の後は、抗酸化作用の優れた「抹茶」をご提供。講師への質問など歓談をお楽しみください。

【講師】 ソシエテヴィサージュ認定講師 長山明美

【日時】 毎月 第三水曜日及び金曜日 10:30～12:30  
(

【会場】 Gallery&Studio r\_cafe 四谷三丁目交差点徒歩2分  
東京都新宿区愛住町16番地  
ホームページ <http://www.rcafe.net>  
アクセスマップ <https://www.rcafe.net/access/>

【受講料】 3500円(和菓子&抹茶付き)

【定員】 8名

専門テキストをご購入ください(¥3456)

【申し込み&お問合せ】 長山明美 [mrsnagayama@hotmail.com](mailto:mrsnagayama@hotmail.com)

Gallery&Studio r\_cafe [kaori@rcafe.net](mailto:kaori@rcafe.net)