健美塾

腸と脳はつながってる！

中からスッキリ 腸活エクササイズ



ぽっこりお腹がスッキリお腹に変わる！

お腹が整うと頭もスッキリ！

お腹の調子が整う

自律神経が安定する

心もカラダも元気に！



腸脳相関

日時

11月20日（金）
10:15～11:15

場所

大阪府豊能郡豊能町
スポーツセンター
シートス

お問い合わせ

072-738-1333

動いて整えて、もっと元気な私へ