

正しい姿勢は
若々しく、前向きで
より美しい女性へと
あなたを変えてくれます

女性の体型は変わりやすいもの。

O脚や猫背、歪んだ姿勢を続けていると、
肩こりや腰痛の原因につながるだけでなく
体型が崩れて何より老けた印象に…。

正しい姿勢は、健康的で若々しく、
そして何より「美しい印象」にも効果的です。

全国でご活躍中の今村大祐先生の
理論的な“身体が変わる”今村メソッドで
「正しい姿勢」を身につけてみませんか。



今村大祐氏が直接指導。インフィニ特別カリキュラム！ 体型も歩き方も変わる！「姿勢美」講座

10月開講
受講生
募集中です



- 講師：ボディクリエイター・ウォーキング講師 今村 大祐氏
- 開講日：木曜クラス 全5回 10:30～12:00
【10/12・11/9・12/7・2018年1/18・2/1】
- 場所：インフィニ（ホテルニューオータニ博多5F）
- 定員：12名（最少開講人数6名）
- 対象者：・正しい姿勢やトレーニング方法が知りたい方
・O脚や猫背、腰痛など姿勢で悩んでいる方
・自然で美しい歩き方や姿勢を習得したい方
- 授業料：¥67,500（税別）＊授業料の分割（3回～6回）も可能です。
- 入学金：¥10,000（税別）＊一旦入学金を納入された方は不要です。

あなたの身体を変える「姿勢美」講座カリキュラム！

力を抜いて、美しい姿勢になる今村メソッドをもとに、歩き方や姿勢を短期間で改善。
気持ちも前向きになるインフィニ特別カリキュラムです。詳しくは裏面をご覧ください。





「姿勢美」講座 カリキュラム

| | 木曜クラス | カリキュラム | |
|---|-------------------------------|-----------------------|--|
| 1 | 2017年10月12日(木) 10:30~12:00 | 健康と正しい姿勢の整え方 | オリエンテーション／健康のための正しい姿勢 身体のゆがみチェック／骨格アライメント |
| 2 | 11月9日(木) 10:30~12:00 | 美しさの秘訣は力を抜くこと | 丹田・重心を意識した正しい歩き方とトレーニング 美しさの秘訣は力を抜くこと／ウォーキングの基本 |
| 3 | 12月7日(木) 10:30~12:00 | スッキリとした下半身のために | 腰まわり・太もも・お腹まわりがスッキリしない理由 太らない身体に変える／姿勢の癖を矯正する |
| 4 | 2018年1月18日(木) 10:30~12:00 | 美しいウォーキングレッスン | さりげなく美しいパンプス・ウォーキング 印象が変わる、エレガントな日常生活の「姿勢美」 |
| 5 | 2月1日(木) 10:30~12:00 | 品格のある「姿勢美」とは | あなたのために必要なエクササイズ(個別アドバイス) 骨格メンテナンスと美脚矯正 |



講師紹介

今村 大祐 [いまむら だいすけ]

ボディークリエイター・ウォーキング講師

BEST PROPORTION Office 代表

JPTA(日本プロポーショントレーニング協会) 代表



大学でウォーキングやトレーニング理論の研究を始め、スポーツ科学、脳科学、心理学に基づき、姿勢アライメント・体幹・丹田を意識する独自のメソッドによる、ストレッチやエクササイズ、今村式ウォーキングを考案。体型から印象までを変えるプロフェッショナル。ミス・ユニバース日本代表を育成。全国で年間700本以上のレッスン、セミナーを行い、年間の指導者数は1万人を超える。日本テレビ「スタードラフト会議」や、TBS「SASUKE2014」「はなまるマーケット」に出演し、ラジオや雑誌にも多数取り上げられ全国から注目されている。

「姿勢美」講座受講生の感想

今村先生の指導はとてもわかりやすく、毎回楽しく受講できました。私はずっとO脚と思い悩んでいたのですが、初日に「正しい姿勢と歩き方で改善できます」と言われ、今では、両ひざがつくようになりました!! 「美しい姿勢はきつい、つらいのではなく、美しい姿勢が当たり前になればつらくなくなりますよ」という先生の言葉を意識しながら、毎日生活をしています。



「姿勢美」講座 申込書

必要事項とご希望の講座ををご記入の上、FAXにてお申し込みください。FAX: 092-711-7273

| | |
|----------|--|
| お名前 | 電話番号 |
| メール | <input type="checkbox"/> インフィニの資料請求を希望 |
| 〒 ご住所 | |

個人情報取得に関する事項に同意します。
(ご同意いただけましたら、チェックをお願いします)

当校は個人情報保護を尊重し、そのために「個人情報保護方針」を定め実行します。取得する個人情報の利用目的は、よりよい講座の運営・インフィニの講座のご案内のために利用させていただきます。お申込の際には <http://www.fs-infini.com> 「プライバシーポリシー」をご参照いただき、同意の上でお申込ください。同意をいただけない場合は、受講受付を致しかねますので、予めご了承くださいませようお願い申し上げます。



フィニッシングスクール インフィニ

Tel 092-711-7611 Fax 092-711-7273

E-mail infini@fs-infini.com <http://www.fs-infini.com>

〒810-0004 福岡市中央区渡辺通1-1-2 ホテルニューオータニ博多5F

[開校時間] 火~金 10:00~19:00 | 土日祝 10:00~17:30 | 月曜休校 |

