

プラス¥15,000(ノーノ/ミラク)めが
ね(レンズ代込)¥12,000(JINS)

今、やりたいことはおうちでもできる時代に！

オンラインで 自分磨きを始めよう

仕事がほとんど在宅になったり休日も外出を控えたり、
新しい生活様式にも慣れてきた昨今。
実は、今までは通わなければいけなかった
ボディメンテナンスのスタジオや、カウンセリング、
結婚相談所などが自宅にしながら受けられるように
サービスが進化しているんです！
レッスンや相談メニューは、そのまま、もしくはそれ以上に
改良されているものも多数。
遠方で通えないけど、「ここが良さそう。なんて
わがままも叶います！ 全国どこにいても受けられる
オンラインレッススタジオ・サロン・結婚相談所を
ぜひチェックして♪

撮影 / 真板由起 モデル / 西沼愛妃
ヘアメイク / 久保フユミ(ROI) スタyling / 平沼洋美
デザイン / 轟山 卓 取材 / 富田由依



●この企画に関するお問い合わせ先 /
株式会社ライドアウト ☎03-6457-4480

PR

ピラティスダンススタジオヴォーテ

PILATES DANCE STUDIO BEAUTE

脅威の500カロリー燃焼！

ピラティス+フィットネスで引き締め



兵庫・
オンライン

ピラティス・
フィットネス



Ⅰ. 「ピラティス+フィットネスダンス」は、脂肪燃焼効果バツグン！ピラティスの後に、30分間ダンベルを使って、筋トレ&有酸素運動。音楽にのって楽しく行います♪ Ⅱ. インストラクター KANAさん。STOTT PILATES®認定インストラクター、TOTAL BARRE®認定インストラクター、JOPHダイエットアドバイザー。Ⅲ. 赤をアクセントカラーにした清潔感のあるスタジオ。パーソナルでは、リフォーマーを使用します。

📍 Data

住所／兵庫県神戸市東灘区御影中町1-13-8 小川ビル3F Mail／beaute-k@bz04.plala.or.jp ☎078-862-5010 営業時間／9:00～22:00、オンラインは金19:00及び不定期開催あり 定休日／日曜 その他／予約制 URL／<http://beaute-kobe.com/> [ストリートアカデミーから、オンライン予約24時間受付]

いつもならスタジオやジムへ通って運動不足の解消や筋力アップをしていたところだけど、今は思うようにできないから、と諦めていた人必見！リアルタイムで、STOTT PILATES®認定インストラクターが丁寧に直接指導してくれるオンラインレッスンなら、自宅でもしっかり最大限の効果！追い込みまでバッチリ。継続して体の変化を感じて。

menu

①ピラティス+フィットネスダンス (90分) オンライン¥1,500 ②トータルバー (60分) オンライン¥1,000 ●他、スタジオレッスンも多数！お問い合わせください。