

呼吸を変えると身体が変わる！
身体が変わると歌声も変わる！

初心者
歓迎！

元タカラジェンヌ
一羽 萌瑠さん 指導

ボイストレーニング

2024.5.21(火) 18:00~19:00

特典

レッスン後に、マシンエリア・サウナ・
シャワーをご利用いただけます♪

お得♪

さくらテラス特製

スムージー付き参加チケット
+500円で販売！(通常660円)



▲一羽さんの歌唱
動画はこちら

講師 一羽 萌瑠さん
元 タカラジェンヌ 月組

呼吸を使って基礎代謝を上げる
— 腹式呼吸の理解と実感 —

ボイストレーニングによる効果

- ・深い呼吸で勝手に痩せる身体を作る！
- ・声を鍛えることで身体が締まる！
- ・呼吸ひとつでメンタルと身体が整い美しくなる！

日 時：2024年5月21日(火)18:00～19:00(17:45までに受付をお済ませ下さい)
定 員：定員：12名(最少催行人数6名)
内 容：ボイストレーニング
参 加 費：MEDICAL FITNESS 24 会員 1,500 一般参加 2,000円

スムージー付き ▶ MEDICAL FITNESS 24 会員 2,000円
一般参加 2,500円

※MEDICAL FITNESS 24 会員様は、マイページログイン後にご予約をして頂くことで会員価格が適用されます。

※キャンセルは前日までとなっております。当日キャンセルの場合は払い戻しは致しません。

キャンセルはマイページから行って頂きます。

会 場：MEDICAL FITNESS 24
持 ち 物：室内用シューズ・タオル
お問い合わせ：event@holonicsystem.com

申込み締め切り

5月20日(月) 17:00まで



ホームページ

イベントの
申込みは
こちらから▶



i-Mall(医誠会国際総合病院)SOUTH WING MEDICAL FITNESS 24

〒530-0052 大阪市北区南扇町4-14 Tel:06-4301-5620

大阪メトロ堺筋線 扇町駅から徒歩3分 JR 環状線 天満駅から徒歩7分 JR 大阪駅から徒歩14分

スタッフ常駐時間:月・水・金 11:30~20:00、火・木 9:00~20:00、土・日・9:00~17:30 ※スタジオレッスン等でご対応できない場合がございます

主催：ホロニクスヘルスケア株式会社

協力：医療法人医誠会