

マスターストレッチ開発者来日セミナーに参加してきました！

先日マスターストレッチ開発者のピノ・カルボーネ氏が7年ぶりに来日し、東京でセミナーがあり、そのセミナーへ勉強に行ってきました。

開発者ご本人から直接学べるのは、大変貴重な体験でした。

新たな発見や、体の使い方・呼吸法など、本当に勉強になりました。

学んだ事をマスターストレッチクラスで、皆様に伝えていきたいと思っています！

ご興味のある方は、お気軽にお問い合わせ下さい。

