



【資格取得】
その場で脚がスッキリ
まずは気持ち良さを体験してみよう

いま話題のフーセラピーは、足を使って全身をほぐし、血液やリンパの流れを促す美容健康法。手の3~4倍の圧なので即効性があり、サイズダウンや体温上昇、体のゆがみ改善などがその場で実感できるそう。施術者は足を使うので、手と違い体力的な負担が少なく、力のない人でも楽に行うことができる。さらに、施術者自身もスリムになるとあって資格取得者が増加中！設備投資も不要で、一畳分のスペースと足袋があればOKなので、自宅での開業や副業、家事や育児との両立を考える女性にもおすすめ！足とは思えない心地良さをまずは体験してみよう。

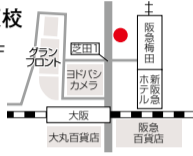


「ホントに足?！」
 「足って気持ちいい」
 痛みやもみ返しがなく、ダイエット効果も。
 コチラからも予約可能



フーセラピーアカデミー大阪校

大阪市北区芝田1-4-8 北阪急ビル2F
 電話受付/9時~18時
 日曜定休
 ☎0120-3229-20
 フーセラピーで検索



フーセラピー無料トライアル

【日程】11/9(金)・10(土)、12/7(金)・8(土)
 【時間】10時~、13時~、16時~、19時~
 ※予約定員制、詳細はお問合せを
 ※スクールは随時開校中。



【プライベートジム】
酸素ルーム併設で美容と健康を
入会金・年会費不要の隠れ家ジム

全国的にも珍しい「酸素ルーム」を併設するプライベートジムが豊中にOPEN。酸素カプセルと違い、1畳ほどの空間で行動を制限されないのが魅力。水深3mと同等の高気圧状態を作り酸素濃度を上げることで、毛細血管にまで酸素を送り込むことができる。その結果、ケガの回復だけでなく、疲労感や睡眠不足、美容にも効果を発揮、ダイエットとの相性も抜群。単体でも利用可能だが、トレーニング後に酸素ルームを使用することで最大限の効果を生み出している。

NEW OPEN



酸素ルーム内はTV・エアコン完備でPC作業や睡眠もできる快適空間。親子や夫婦など2人での入室もOK。無理のない効率的なトレーニングを提供。住宅街の隠れ家ジムというのも嬉しい。



2児の父でもある野崎さんは大手スポーツクラブに長年従事。「健康気圧マスター」の資格も所有。

プライベートジム TSUBAME (ツバメ)

豊中市上野西3-19-29
 月・水・木・日祝 10時~20時
 火・金 10時~14時
 土曜定休
 Pあり シャワー室完備
 ☎090-9088-9297 (野崎)
<https://www.kazusoccer0126.com/>



×特典× 「シティライフを見た」で、パーソナルトレーニング(60分)+酸素ルーム(60分)8,000円→**5,000円**
 酸素ルーム(60分)3,000円→**2,000円**
 カウンセリング込みパーソナルトレーニング60分4,000円→**3,000円**
 (11月末まで・初回のみ)

Let's enjoy your life

人生が楽しくなる

シユ三活

様々なカルチャー体験ができる北摂エリア。
 この秋、新しいことにチャレンジしてみませんか?



【ボーカル教室】
上手に歌える喜びを実感しよう
まずは、30分の無料体験レッスンへ

「歌を習うのは初めて」「音痴を治してカラオケで上手に歌いたい」という趣味の方から、本格的なプロ志望の方までがレッスンに通っているUSボーカル教室 江坂駅前校。親切丁寧な先生によるボイストレーニングで、発声の基礎から豊かな表現力まで、楽しみながらあなたの希望にあわせたレッスンが受けられる。「まずは、教室がどんな雰囲気なのか知りたい」という方は、自分の好きな曲で練習ができる30分の無料体験レッスンに参加してみてください。



(上)教室は江坂駅徒歩すぐとアクセス良好。買い物ついでや、仕事や学校の帰りに通う方も多いそう。

(左)歌に自信が無い方も、すぐに上達が実感できるようになる。

無料体験レッスンを随時開催中!

30分間で、教室の雰囲気や先生の教え方が体感できる。歌を初めて習うという方にこそおすすめしたい無料体験レッスン。

お申込みはコチラ▶



USボーカル教室 江坂駅前校
 (ユースボーカルキョウシツ)
 吹田市豊津町1-25 森田ビル3F
 受/10時~20時
 ☎0120-1692-88
 USボーカル 江坂で検索



×Menu× ●グループ
 レッスン(2~3名)
 月謝:8,640円(4回)
 ●個人レッスン(1名)
 月謝:10,800円(2回)
 30分の無料体験を実施中。
 申込・詳細は左記QRより

×特典×
 「シティライフを見た」で
 ●初月謝**3,000円引き**
 左記コース料金より割引
 (11月30日まで)
 お気軽にお問い合わせを

2018 12/9日 レトロ玄雑貨 vol.12開催!

ものづくりがすぎ、ふるいものがすぎ
 そんな人々に楽しんでもらえるイベントです
 レトロ、ハンドメイド、雑貨、フラワーなど約50のShopが12/9(日)、いこらも〜泉佐野に大集合します!
 皆様のご来場心よりお待ちしております。

詳しい内容はInstagramをチェック!
 → SNS <http://instagram.com/ladybird2008>

日時 2018年12月9日(日) 交通【お車】阪神高速(4号湾岸線)泉佐野北出口から約5分 10:00~17:00
 アクセス【電車】南海本線【井原里】駅から徒歩約5分
 場所 いこらも〜泉佐野(泉佐野市瓦屋2-2-77)
 ※詳しくはこちらをご覧ください → SNS <http://instagram.com/ladybird2008>
 【主催・お問合せ先】lady bird TEL. 073-499-6561

入場 **FREE** 無料

ペットカイロマスターズ協会
 ANIMAL CHIROPRACTIC ASSOCIATION

薬や手術に頼らないアニマル理学療法

ペットカイロマスター 理学療法士認定コース 開講

ヘルニア・歩行困難・てんかん等、手技だけで40,000頭以上の犬や猫たちに約90%の改善実績を誇り、薬や手術に頼らない新しい方法として全国的に注目されている理学療法です。画期的な手技と体の構造への知識を身につけ、苦しむペットを救いませんか?

ペットカイロとは?

ペットカイロ理学療法士を目指しませんか?

- 主婦・女性が活躍中
- 無資格・未経験歓迎
- 空き時間を活かして
- 将来の独立も支援
- 動物と触れ合う仕事

働きながら資格を取得・就業可能です。
 ※授業料が一部免除になります

ペットの健康を推進する産業
ペットカイロ塾 オーナー大募集!
 空いている部屋やスペースを有効活用して、ペットの健康に貢献できるビジネスに参入しませんか?

- 当協会からペットカイロマスターを派遣いたします!
- 異業種からの参入も大歓迎です!
- 一般の方のサイドビジネスも大歓迎
- 企業経営者 ●ペットショップ ●学習塾オーナー
- ペット関連メーカー(食品・グッズなど)

施術を希望される方もお気軽にご相談ください! (完全予約制)

これらの症状に心当たりがありませんか?
 ☑全体的にお尻が下がっている ☑後肢がべたつきついている
 ☑四肢が外側に膨らんだO脚 ☑乗り物酔い、テンカンがに悩んでいる
 ☑すぐにお嬢さん座りする etc...

関西本部/ ペットカイロマスターズ協会 宝塚
 西宮市樋之池町3-12-102 (藤田整骨院) 受付/10:00~21:30 不定休 ☎0120-678-153

関東本部/ ペットカイロマスターズ協会 とげぬき
 東京都豊島区巣鴨4-24-2 ヒロセビル3F (地藏通り) ☎0800-777-1356

事例豊富なプロもチェック!
<http://petchiro-takarazuka.com/>
 ペットカイロマスター 検索

11/13(火)シティライフ主催の生活向上セミナーにも出ます! 詳しくはP.7もご覧ください!

スクール生募集!

ミズノ テニススクール

in 服部緑地 MIZUNO Tennis School

体験レッスン 受付中

リニューアルオープン

気楽に通えるジュニアから大人までのテニススクールです。
 ビギナーからハイレベルまで段階別に分かれ、きめ細やかな指導内容。運動量も豊富ですよ!

Campaign

- 体験随時受付1回**500円!!**
- 11月入会の方は2ヵ月分の受講料で**3ヵ月受講可能!!**

一般 (初心~中上級)	ゆうゆう (ゆっくりテニスをしたい方)	ジュニア (4歳~小学6年生)
月4回 7,500円 ~(税別)	月4回 6,700円 (税別)	月4回 4,400円 (税別)

詳しくは右のQRコードからホームページをご覧ください。

お問合せは 服部緑地管理事務所 TEL.06-6862-4945 まで