



JAPAN AIRLINES

腸活・ピラティス教室

JLSKY/KBU
WELLNESSメンバー
2023/08/30



JAPAN AIRLINES

今回、美容だけではなくストレス耐性や免疫力UPを目的に腸活セミナー・ピラティス教室を開催いたしました。
外部講師 (privatesalon bliss勤務講師) をお招きし、早番後に腸活のセミナーを1時間、便秘に効果のある腸マッサージやピラティスのポーズを30分行いました。

