

誰もが憧れるボディラインへ

素の自分を知り、呼吸から身体を整え、真の健康と向き合う

N's Method では

ピラティス・スマイルヨガ・自力整体において

専門的な知識を持ったインストラクターが

丁寧にサポートさせていただきます。

—「美」と「健康」を今以上に、

そしてこれからも—



NM
N's method

Grand Open!
2017.05.05

1 初回無料体験
キャンペーン中!

¥0
入会金・年会費
6/30
まで!

2 入会特典として
ノベルティプレゼント (N's タオル)

3 N's STUDIO 内覧可能
中村紀洋 現役時代のタイトル品など

インストラクター紹介

— concept —



Yumi

今の自分が一番好き

エアロビクス / STEP / FUNK エアロ
自力整体 + 簡単ヨガ / 経絡ストレッチ
BODY MAKE など他種目を指導
N's Method Plus ではヨガ / 自力整体を担当

— concept —

理論でなく感覚で

BESJ 認定ピラティスインストラクター
しっかりと身体を動かしながら
引き締めたい方にオススメ!
N's Method Plus ではピラティスを担当



Lina

2回目以降のご利用			
1回	4回	6回	1ヶ月 FREE プラン
¥2,500	¥8,500	¥12,000	¥16,000

コース	月	火	水	木	金	土	日
ヨガ / 自力整体	●	●	●	×	×	●	×
ピラティス	●	●	●	×	×	●	×

※時間帯などは一度お電話ください。

NM
N's method

✉ info@n-method.jp

☎ 0798-39-7007

📍 西宮市南越木岩町 7-2 トレセント 苦楽園 1F

🌐 www.n-method.jp

お申し込み・お問い合わせは Web・TEL にて

N's Method 検索

ヨガ・ピラティスレッスン受付中!