

美EAUTY BODYLINE METHOD体験レッスン



まずは一度体験してみませんか？
体験レッスンは随時行っております。
レッスンの詳細はお問い合わせ先まで
ご連絡下さい。

企業様や店舗様へのお出張も行います



歯科医院でのレクチャー

企業全体のイメージアップ、社員や
従業員への健康促進や意識改善に。
簡単に誰にでも出来るのが好評です。
広いスペースは必要ありません。
お気軽にご相談下さい。

メソッドを身体で覚える事により、どなたでも
自然に綺麗な姿勢が身につきます



音楽講師の方々へのレクチャー

今までセミナーを行った企業様のアンケートの
統計は「メソッドを受講してから実践した結果、
社会的、個人的にもプラスのイメージになって
いる」とお答えになられた方が多数おりました。



体験レッスン・ご相談などのご連絡はこちら

TEL **043-227-5564**
(12:00~22:30 年中無休)



兼 beauty body メイク トレーナー
ドルフィン長尾
DOLPHIN NAGAO



プロフィール

ビューティ&ヘルスをコンセプトとする株式会社Ardeurの代表
取締役にてダンサー。

JAZZダンス・クラシックバレエ・日本舞踊・創作舞踊などを得意とし、
舞台・TV・CM・雑誌などのメディア出演や、アイドル、モデル、ダンス
グループの振り付け指導など、幅広い活動を行っている。

一方でダンサーとして身体のケアなど健康分野にも興味を持ち、
長年のダンスで培った経験・理論を基にオリジナルの姿勢矯正法
「ビューティ・ボディライン・メソッド」を考案。自身が経営するダンス
スタジオARDEURや講演会などで実践中。



運
営
会
社

株式会社Ardeur(アルデュール)

TEL 043-227-5564 MAIL info@ardeur-world.co.jp

[Ardeur HP] <http://www.ardeur-world.co.jp>

見直しませんか？自分の姿勢

美 EAUTY
BODYLINE
METHOD®

ビューティ・ボディライン・メソッド

ビューティ・ボディライン・メソッドとは？

ダンスの動き方やボディバランスから考案された姿勢矯正メソッド(方法)です。

激しい動きはなく、体の中心(体幹)を意識したストレッチと歩行のみで、年齢に関わらず誰でも無理なく行え、少しのポイントで正しい姿勢が身につきます。



このような方にオススメです

- 若々しくありたい方
- 肩こり・腰痛に悩まされている方
- 猫背の方
- 生活習慣病が気になる方
- スポーツをする方
- 運動不足の方
- 座りっぱなし・立ちっぱなしのお仕事の方

正しい姿勢で悩みを解決

人は見た目の第一印象で50パーセント以上は判断されると言われており、姿勢は見た目の印象において重要なポイントになります。

姿勢を美しくする事は自己演出・自己表現です！プラスの自己演出をしましょう！



イメージアップに

正しい姿勢は相手へ好印象を与えます。
さらに美しいプロポーションが若さを演出。

体験者の声

きたならエキ歯科
富田 尚充院長

<http://www.kitanara-dental.net/>

D・NAGAO先生のレッスンは解かりやすく丁寧に教えていただけます。

当医院では先生によるワークショップを開催し受講した方からは「姿勢に対する解釈が変わりました」と言う意見が多く、姿勢に対する考え方が全体的に見て変わった様感じます。

姿勢を良くする事はイメージアップをはかる上で欠かせない基本的な事だと思しますので、今後も先生の指導を基により、良い環境づくりの為に継続して行いたいと思います。



スポーツに

運動に大切な体幹を意識するメソッドなのでスポーツの上達・向上につながります。



体験者の声

ビューティ・ボディライン・メソッド生徒
佐藤 邦子さん

年を重ねるとともに姿勢のくずれから腰や膝に負担がかかっていたのですが、正しい姿勢を心がけるようになると、体の負担が軽減されました。

また、綺麗な服で着飾るよりも、姿勢を正しくして綺麗に歩く姿が素晴らしい事に気付く事が出来ました。先生には大変感謝しております。



ボディケアに

座りっぱなし、立ちっぱなしによる姿勢の崩れから起こる肩こり・腰痛を改善します。

体験者の声

プロゴルファー
常住 充隆選手

<http://ameblo.jp/tunesumi-1173/>

どんなスポーツでも軸(体幹)がしっかりとした人ほどパフォーマンスを最大限に発揮することが出来ると思います。その為には軸ブレが起きない姿勢の保持(背骨)が必要不可欠と思ひ、私もD・NAGAO氏のメソッドを実践しております。

姿勢矯正で体の歪みを整え、日常から訓練することにより体の調子も整います。スポーツ上達には是非ともD・NAGAO氏の姿勢矯正を実践することをお勧めいたします!!

