

アンジェリカ鵜沼海岸

アンジェリカコアウォーキング部



Q.トクトク歩数チャレンジに参加したきっかけは？

アンジェリカではエステと並行して姿勢を整えるためのトレーニング指導をしています。そのメソッドの中の体幹を正しく使ったウォーキングを、お客さまと楽しみながらできたらいいなと思い応募しました。

Q.普段はどんな業務を行っていますか？

アンジェリカはラドン岩盤浴のある温活エステで、骨盤矯正やリンパマッサージやフェイシャルのエステメニューとハビットコントロールという姿勢矯正のトレーニング指導を提供しています。

Q.最後に、意気込みをどうぞ！

体幹を正しく使うウォーキングは、疲れづらく痛みの出ない歩き方です。そして姿勢良く歩けば歩くほどボテラインも整い見た目も若返るので、このチャレンジをきっかけに正しい歩き方をマスターして若々しく綺麗になりましょう！