



爱人者 人恒爱之
敬人者 人恒敬之
——孟子



公益广告

沧州日报社读者俱乐部

形体气质提升
寒假训练营

12次课 每周四节 每节课90分钟



体型矫正训练内容:

矫正脖子前倾、叩肩、驼背,高低肩、脊柱侧弯,高低胯,长短腿,X型腿,O型腿,小腿外翻

仪态训练:

正确站姿,优雅坐姿,气场步态

适应人群:

对自己体型不满意;想改善不良体态的;想缓解亚健康状况;职场增加面试成功率

小班授课! 一对一指导教学

全方位气质训练让大家秒变“气场女王”

免费试听时间: 12月29日下午3:00——4:00

报名电话: 15833770168 (微信同号)

上课地点: 新华东路报业大厦(老华北对面)4楼402室

——乔迁优惠月——

免费试听季

朗诵班

每周三下午
2:30—4:00

声乐班

每周三上午
9:00—10:00

交谊舞班

每周三上午
9:00—10:30

太极班

每周三下午
2:30—4:00

免费学太极

形体班

每周四上午
9:00—10:30

手机摄影班

每周五上午
9:00—10:30

更多课程筹备中
——敬请期待——

★由于人数及课程安排要求,为保证广大读者能够学习到喜欢的课程,报名参加试听的读者须电话或微信提前预约(不限年龄且每人每科限一次)★

活动最终解释权归沧州日报社读者俱乐部所有