



形体塑身训练班

形体课课程简介:

通过一系列的運動組合來達到增強肌肉除掉多餘的脂肪,塑造健康美麗的身材和體形。並著重於對胸,腰,腿,腹部,臀部的動作組合的訓練來保持身體的曲線美,並給人一種挺拔豎立的體形感覺,以達到提高個人的良好氣質的目的。

老師介紹:

曾燕琴畢業於廣西藝術學院。在主修聲樂的同時也進行了表演及形體的課程訓練。通過一整套的體形訓練從而達到了保持身體健和良好體形的目的。