

ヨガクラス



柔軟性を高める事で、血流やリンパの流れを改善し、むくみや冷え性改善
心と体のバランスを整える事を目指すクラスです。グループレッスンとなっており
お客様の習熟度に合わせて指導を行います。

【教室開催日】

木曜日 10：30～11：30



[参加申し込みについては「各種申し込み方法」をクリック☆](#)

