

パワトレBアドバンス

脚力をもう少しつきたい方、ひざ痛、腰痛予防に！！

5/13(月)、5/27(月) 13:45～14:30

参加費：500円 定員：各10名様

予約
5/1～**やさしいYOGA**

初めての方も大丈夫です！

5/24(金)、5/31(金) 11:45～12:30

参加費：500円

定員：15名様

予約
5/1～**リセットポールハーフカット体験会**

5/7(火) 15:45～16:05

5/17(金) 11:45～12:05

5/23(木) 10:45～11:05

参加費：無料 定員：各5名様

予約
受付中20分程度のミニレッスンで
効果を感じていただけます！**桑田セミナー****マイナス5歳！！背中から若返ろう！！**

姿勢改善！肩こり解消！冷え性改善！

5/29(水) 13:45～14:30

参加費：1,000円 定員：各10名様

予約
5/1～

ご不明な点、ご予約はスタッフまで！