

～午前ヨガ～

ヨガで心身を調え、ローラーピラティスで体の軸を整える

受講料：¥5,000 (保険料込み)

木曜日全10回 10:30～12:00

講師：呉屋 五月 氏

(ヨガインストラクター・FRPベーシックインストラクター)

