

常温開催
休憩を挟みながら
ご自身のペースで

MASAKI IR

毎週月曜日

18:30~19:15 やさしいデトックスヨガ

19:40~20:40 パワーヨガ ご担当



54回/108回 同時開催

太陽礼拝

12月30日(火) 10:30~13:00

(OPEN 10:00、CLOSE 14:00)

成増会員様・他店舗会員様共通 **1,100円**

(非会員様 : ウェルチケ利用)

呼吸に合わせて動きを繰り返す「動く瞑想」で
1年の締めくくりを



カルド&マピラ成増店
TEL: 03-6909-2352

予約フォーム

Jyuya Nishikawa

Jyuya Nishikawa