

# 10月週替わりレッスン

金曜日 12:00

3日・17日

シェイプアップヨガ★★★

mari

10日・24日

ピラティス★★

Lisa.T

土曜日 18:00

4日・18日

姿勢改善ヨガ★★

Airi

11日

ベーシックヨガ★★

yukiko

日曜日 18:00

19日

デトックスヨガ★★

kiriko

12日・26日

やさしいパワーヨガ★★

RISA