

Merry Christmas

Christmas
2023.

Week
12/19 ~

イベントレッスン
12/25

★20日(水)14:00~15:00

村下インストラクター
クリスマスヨガ (★1.5)

クリスマスに関するものを身に着けて♪

★20日(水)18:15~19:15

大山インストラクター
代謝アップカキラ

クリスマスの音楽に合わせて体の歪みをリセット
全身の血流をよくし代謝を高めます

★23日(土)10:20~11:20

Satoko インストラクター
癒しのクリスマス yoga

クリスマスソングと共に一年の疲れを癒す時間を
楽しみましょう

★23日(土)11:30~12:30

MIKI インストラクター
年末浄化ヨガ

身体と心の浄化をテーマにしたレッスンを
行います。

★25日(月)20:00~21:00

阿部インストラクター
フロー&トークでわいわいクリスマス^_^ (★~★★)

いつも汗だく全力で頑張っている皆様にクリスマスプレゼント。クリスマスソングにのせたフロー時々 おしゃべりで楽しいクリスマスのひとつときを^_^

Vivo Bearsi 豊中