

毎週日曜日 週替わりレッスン一覧

5 / 2 (1 週目) **ホットヨガ**

MIYOKO 先生

5 / 9 (2 週目)

プラーナチャクラヨガ

MIYOKO 先生

5 / 16 (3 週目)

リンパマッサージ & ヨガ

MAYUMI 先生

5 / 22 (4 週目) **ピラティス**

加藤 先生