

いつまでも綺麗な姿勢でいたい。

寝ながらできる

反り腰

体幹ストレッチ
トレーニングセミナー

参加無料

8.23 水

11:15~12:00

定員5名

ご参加
お待ちしております!



お申込み・お問合せ

☎ 04-7197-7713

持ち物

- 動きやすい服装
- 飲み物
- フェイスタオル