

5月4日（金）



10:00～11:00

ダイナミックヨガ

• Ray



11:15～11:45

バランスボール

• 梅本 道代



12:00～13:00

機能改善ヨガ

• 橘 千鶴

◆◆ 13:15～14:45 ◆◆

アーユルヴェーダセミナー：自分の体質を知る
～マッサージオイルつき（1回分）～

講師：橘 千鶴

チケット&月会費
3回分で受講可能!!

