

11月隔週レッスン

(土曜日 10:45~11:30)

1日 ステップ2 (HIROKO)

8日 筋膜リリースストレッチ (YUKO)

15日 ステップ2 (HIROKO)

22日 OXIGENO (翼)

29日 ステップ2 (HIROKO)