

自力整体（基礎）

○担当インストラクター

服部 洋子

○日時/時間

水曜日 10:50~11:50

○場所

スタジオ②

○レッスン料金

1回 1,100円



ツボを押したり、縮んでいる筋を摩ったりしながら
日常的にケア出来るように生活の質を上げるクラス！

**必ずカラダは変わります。
年齢関係なく、ぜひご参加ください！**

フロントにてご予約下さい！