

~ゆる☆スロー~ 健康体操

簡単な体操で体を動かしストレス解消、肩こり予防。
無理なく体を動かしましょう！

- 講師 松本 匠叶
- 日時 (金)
10:30~11:30
- 受講料 3,780円 (税込)
- 持参品 運動靴、タオル、飲料水
- 問合せ 33-9899 (松本自宅)

明るく、元気に、楽しく！
笑顔のレッスン風景。

