

ストレッチヨガ

正しい呼吸と無理をせず、気持ちよくポーズ、リラックスを繰り返し、心身のバランスと歪みを正しく修正します。



木曜日： 13:10~14:10

受講料： 4,860円(税込)

教材費：

講師： 池田 清美 先生