

# バランスボール エクササイズ

体験日  
3月18・25日開催！

ボールの特性を活かし、初心者からアスリート迄無理なく心地よく楽しみながら、心身共にバランスが整っていきます。



土曜日： 16:30~17:30  
受講料： 4,320円(税込)  
教材費：  
講師： 竹中 弘恵 先生