

スタジオプログラム【**長期変更**】

都合により、下記プログラムを10/16(金)まで変更いたします。

金曜日 10:15～11:00 リラックスヨーガ

担当インストラクター：高橋



リフレッシュヨーガ

(ヨガブロックを使用して、無理なくポーズを行えます)

担当インストラクター：mayu