

無料プログラム開催予定

9 月
ヨガ
プログラム

Instructor

インストラクター アヤナ

AYANA

9 月 10 日(木)

第 1 部

10 : 30 ~ 11 : 10

第 2 部

11 : 30 ~ 12 : 10

9 月 1 日(火) 10 : 00 受付開始

10 月 3 日(土)

10 月 17 日(土)

佐川 人成 トレーナー

外川 勝宗 トレーナー

第 1 部 13 : 00 ~

第 1 部 13 : 00 ~

第 2 部 14 : 00 ~

第 2 部 14 : 00 ~

9 月 26 日(土) 10 : 00 受付開始

10 月
ストレッチ
プログラム