

メディカルフィットネス La Sante

スタジオ教室 体験会

参加料
500円
(1レッスン)

事前予約お願い致します(^^)／

リラクゼーションヨガ

講師:尾形まさみ氏

2/6(月)14:30~15:10
2/9(木)19:00~19:40
2/20(月)14:30~15:10
2/23(木)19:00~19:40

パワーストレッチヨガ

講師:尾形まさみ氏

2/7(火)19:00~19:40
2/10(金)14:30~15:10
2/21(火)19:00~19:40
2/24(金)14:30~15:10

自彊術

講師:白旗けい氏

2/7(火)14:30~15:10
2/21(火)14:30~15:10

太極舞

講師:五十嵐恵美氏

2/10(金)10:00~10:40
2/24(金)10:00~10:40

ボディメイクエアロ

講師:門脇奈美子氏

2/6(月)19:00~19:40
2/9(木)14:30~15:10
2/20(月)19:00~19:40
2/23(木)14:30~15:10

ベーシックピラティス

講師:藤井紀子氏

2/11(土)10:00~10:40
2/25(土)10:00~10:40