

1月「特別レッスン」スケジュール (サウスフォート)

1月16日(日) 15:30~16:20(50分)

「柔軟性向上、体の不都合を解消 ストレッチセミナー」

担当: 笹木 文雄

1月30日(日) 15:30~16:30(60分)

「レスミルズ BODY JAM」

担当: 山森 峰子

※レッスンの内容は変更となる場合がございます。ご了承ください。

参加予約申し込みは12月25日(土)から予約サイト上にて開始いたします。
申し込みの詳細は別途ご案内いたします。