

メンズ★ヨガ講座

新講座

初心者歓迎



講師：安田しのぶ

男性限定

ストレス&肩こり知らずで仕事効率上々！

いつまでも男らしく、わかかわかしく！

～集中できる男の世界～

講師名：安田しのぶ

日時：4/14・28 5/12・26 6/9・23

7/14 8/25 9/8・22

土曜日11:00～12:00

持ち物：ヨガマット(バスタオル)・水分補給