

オープンクラス

# りずむ体操



金曜日 11:00~11:50

スタジオII 1レッスン1100円※月払いもあり

インストラクター 澤田 茜

健康維持の為

ちょっぴりの筋トレと

簡単なりずむ体操で

身体を動かしましょう

