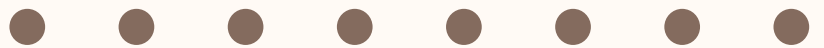


NEW レッスン

~足元からの姿勢づくり~

# ウェーブ ストレッチリング

”ほぐして・伸ばして・引き締めて・癒す”



日時：毎週火曜日 12:30~13:30

会場：トレーニングジムZERO穂高店

講師：丸山 佳余子 先生

料金：ZERO会員/1000円（税込）

一般/2000円（税込）

※初回のみ一律 500円（税込）

定員：10名様

持ち物：ウェーブストレッチリング

ヨガマット・水分

（リング/マット共に貸し出しあり）

問合せ：0263-88-3043

