

Studio Instructor



はれぐみ☀️waka
アンチエイジングヨガ

筋力アップや柔軟性にアプローチする
ポーズで若々しいカラダ、かっこいい
ボディラインを目指します。
初心者やカラダがカタい人も安心して
ヨガにトライできます。
カラダが変わるチャンス！
一緒にヨガを楽しみましょう！

毎週水曜日19時開催！ 定員先着8名様！