

Studio Instructor

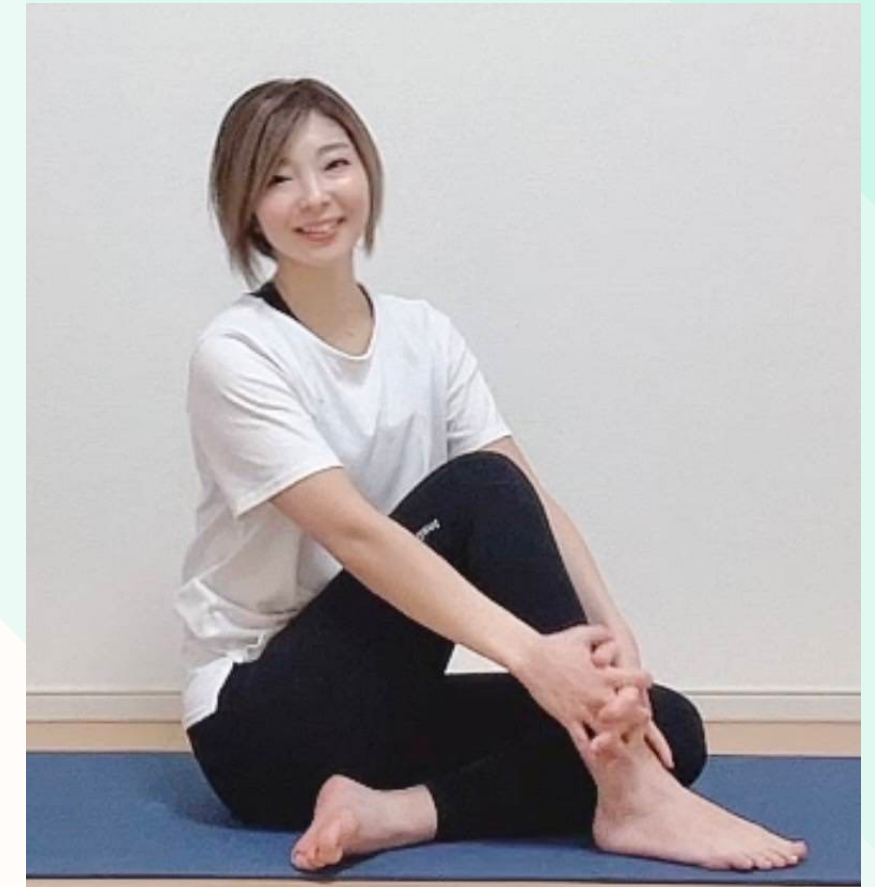
小松店



新出

Style Up Fit

ストレッチ、有酸素運動、筋コンディショニングをバランスよく行うレッスンです♪初めての方、目標持っている方におすすめなクラスです!!!



YUKI

Easy yoga

基本的なヨガのポーズを丁寧に行いながら身体を動かして筋力と柔軟性UP、心身のバランスを整えるクラスです。

Diet yoga

身体の内側から代謝を高め脂肪燃焼効果を促すクラスです。