

2025年5月
体験会開催
※体験料無料

別館カルチャースクール



背骨と骨盤調整 〈月曜日〉

骨を意識して体を動かす事で、全身の歪みや不調を調整するクラス

シェフ公乃 先生



ベビママヨガ 〈火曜日〉

お子さまは泣いても大丈夫!!
ママはヨガの経験がなくても大丈夫!親子で一緒に楽しいヨガクラス♪

有間 奈美加 先生



ピラティス 〈水曜日〉

姿勢を改善して調子よく!
インナーマッスルを鍛え、
身体の歪み・クセを改善し
美しい姿勢へ

前島 由布子 先生



ヨガ 〈木曜日〉

揺らぎやすい心身のケアに!伝統的なハタヨガの基礎的なポーズから難易度の高いポーズまで!

EMIANA 先生



ZUMBA 〈金曜日〉

明るい音楽に合わせて、
色々なダンスの要素を
取り入れたクラスです。

木村 琴美 先生

体験会日程：5月1日(木)～28日(水)

レッスン時間 全クラス10:00～11:00

当クラブHP内のお問い合わせフォーム、またはお電話でお申込み下さい。

(TEL 046-873-1499)