

12月 月曜日
クイックプログラム スケジュール



首・肩こりケア

12/1 20:00-20:15



首・肩こりケア

12/8 20:00-20:15



腰痛ケア

12/15 20:00-20:15



下半身ケア

12/22 20:00-20:15

12/29 休講

上記のクラスは休講となる場合がございます。予めご了承ください。

12月 土曜日
クイックプログラム スケジュール



首・肩こりケア

12/6 19:00-19:10



下半身ケア

12/13 19:00-19:10



首・肩こりケア

12/20 19:00-19:10



下半身ケア

12/27 19:00-19:10