

# 週替わりレッスン



## 日曜日

4日	14:00～14:45 『つぼ押しストレッチヨガ』 いづの先生
11日	14:00～14:45 『フラダンス』 Noriko先生
18日	<p>巻き肩改善！ バスタップ効果！</p> 14:00～14:30 『背骨をコンディショニング』 金Tarou
25日	14:00～14:45 『かんたんステップ』 RUMI先生