

12月
いつもと違う
運動を！

ショートレッスンのご案内

より効果的に

ショートレッスン とは？

- ・約20～30分間で短い簡単なレッスンを実施致します。
レッスン内容は時間によって異なりますのでご了承ください。
- ・何回でもご参加いただけますが、満員の場合は参加をお断りする場合がございます。

[illegible]