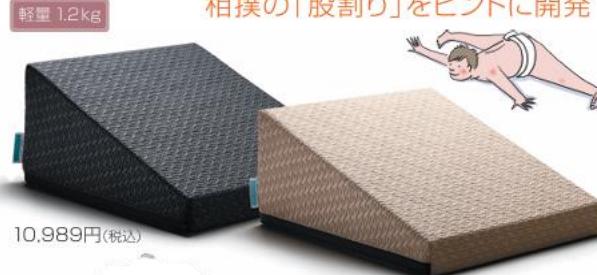


ショートレッスンのご案内

フレックススクッシュョン®

相撲の「股割り」をヒントに開発



軽量 1.2kg

10,989円(税込)

新レッスン

RAMPストレッチ登場！

1/19(月)
スタート！

RAMPストレッチ
とは？

傾斜20°のフレックススクッシュョンを使うことで
骨盤を理想の角度に誘導し本来の柔軟性を取り戻します。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日・祝日
10:30 タオルストレッチ	10:30 タオルストレッチ	10:30 タオルストレッチ	10:30 RAMPストレッチ	10:30 RAMPストレッチ	10:30 タオルストレッチ	10:30 RAMPストレッチ
11:30 RAMPストレッチ	11:30 RAMPストレッチ	11:30 RAMPストレッチ	11:30 RAMPストレッチ	11:30 タオルストレッチ	11:30 タオルストレッチ	11:30 タオルストレッチ
14:30 RAMPストレッチ						
15:30 タオルストレッチ						
19:00 RAMPストレッチ						

ノースタッフデイ

定員数は **10名** までとなります。

※状況によりレッスンをお休みする場合もございます。ご理解のほどよろしくお願ひいたします