

脚×脚改善ピラティスレクシスレ

脚の歪みを整えて
スラット美しいシルエットに



2026 3/26 4/23 5/28
毎月 第四木曜日 AM9:10~9:50



お申し込みはコチラ

場所：ぎふメディアコスモス おどるスタジオ

参加費：1000円（税込）

持ち物：ヨガマット・水分・運動できる服装



@CHALLENGE_PILATES1226

お問い合わせ先
歩行カアプトレナー にじ子
nijinijiko1226@gmail.com

