

タイ古式 ストレッチヨガ75分

タイ古式マッサージの要素を取り入れ関節や
可動域の可能性を高めていきます。

可動域を上げ、ヨガのポーズをより深めていきます。

柔軟性を上げたい方、ポーズをより深めたい方にオススメです★

※インストラクターによるマッサージ要素が入る為
お身体を触ることが多いクラスになります。

4/20(月)9:30~10:45

- 月会員様 マンスリー消化+¥3,300
- 都度利用 ¥5,500

※定員7名様

Instructor : Kuu

