

3月のレッスン変更のお知らせ

28日(土)

- ◆10:00～やさしいストレッチ【あかさか】⇒バーチャルボディバランス20
- ◆10:30～やさしい自重エクササイズ【あかさか】⇒バーチャルCXWORX