

Topics

6月のお知らせ

グランドホテル前校にて開催します！！

『Sunday ジャイロキネシス』

●6月4日(日)10:30~11:45



(トレーナー: ATSUKO)

セルフマッサージで全身を目覚めさせてから
椅子・フロア・スタンディングへと基本的な動きで
呼吸に合わせて 流れるように全身を様々な方向に
動かし 身体のバランスを整えていきます。

ジャイロキネシスが初めての方も

お気軽にご参加ください！

いずれのレッスンも●円山会員さま 12ポイント

●グランド会員さま 共通チケット1枚+2,500円

(※お振替1回分をチケット1枚としても充当可能です。)