

骨盤調整ヨガ②



●毎週土曜日 14:00~15:00

●1回 540円 (別途施設利用料)

●定員 22名

骨盤・肩甲骨周りを動かし、
ゆがんだ骨盤を改善していきます!



座位・立位のポーズ

