

ダンスでボディケア!

フラレッスン

一緒に楽しく
踊りましょう!

体を動かして
リフレッシュ!



 **妊娠中から産後、一般の方も参加OK!**

フラがはじめてでも大丈夫です。

妊娠中続けられるプログラム。

ゆったりとした動きでリラックスでき、

呼吸や体力の向上、血流改善やむくみ防止も

期待できます!

[レッスン日時]

毎週金曜日 12:00~13:00

※託児あり

1レッスン1,500円

レッスンチケット利用可

042-529-0111

スタジオ
YOU