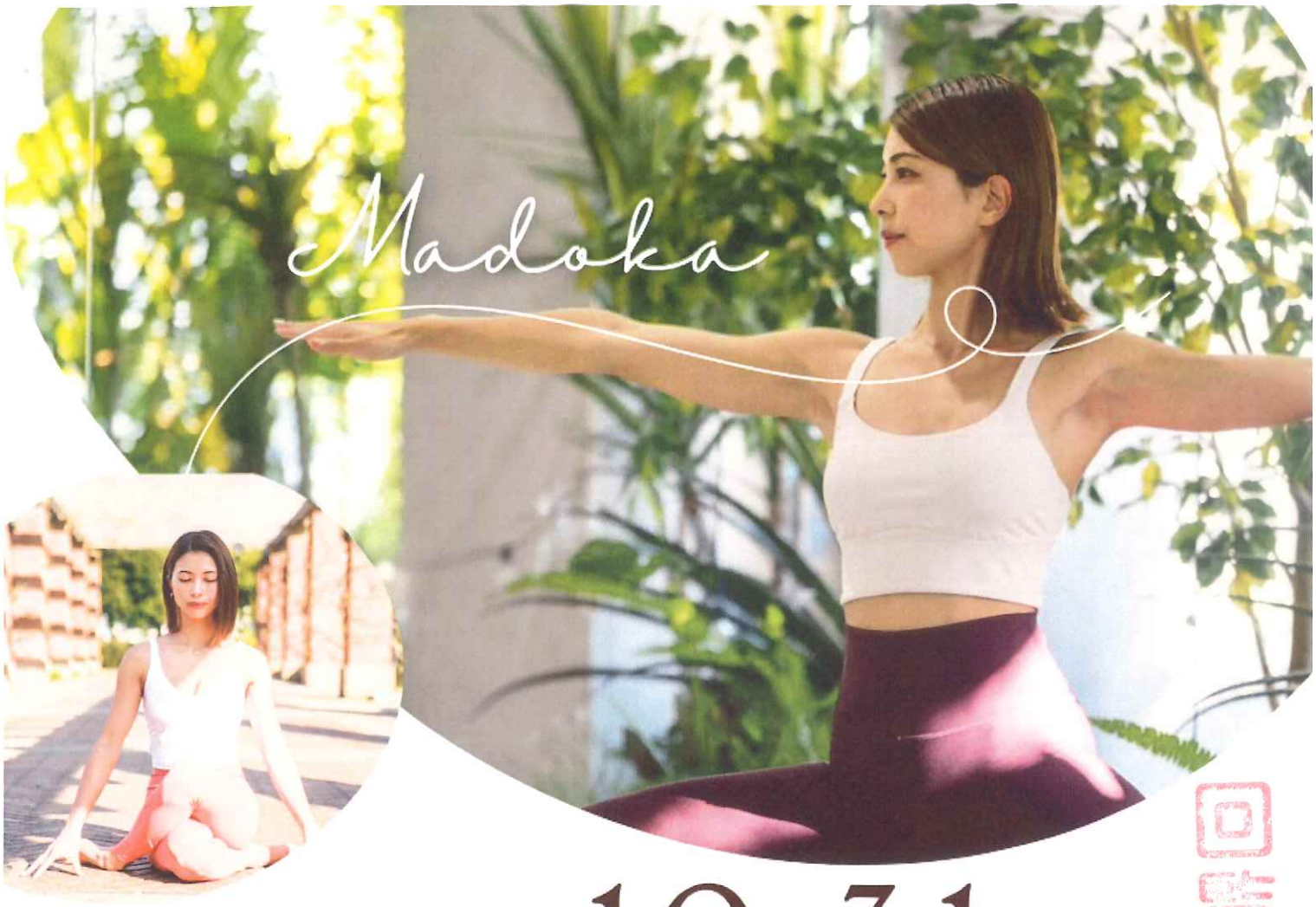
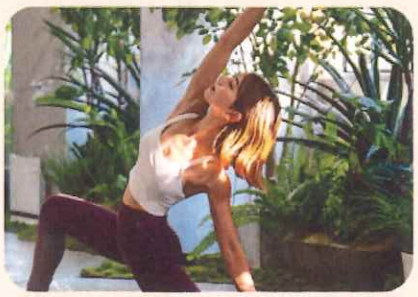


回覧

2026/10/31 Sat.

場所　輝らフィット多目的スペース

２つのプログラムをお選びください



12：00～13：00
モーニングフローヨガ
呼吸のリズムに合わせて
しっかり動く



13：15～14：15
空手FIT
空手を取り入れた
エクササイズ



14：30～15：30
ストレッチリリースヨガ
ストレッチやリラックス
要素を入れて



輝らフィット

〒961-0102 中島村滑津二ツ山65-3

☎0248-29-8830

ご予約・お問い合わせはこちら