

REBEAU

夏の特別レッスン第一弾

★6/4(日)10:30~ コアヨガ

音楽に合わせて、お腹周りを中心にエクササイズを行なっていくレッスンです。後半はランプ浴で潤いをチャージしましょう✨

★6/14(水)10:30~ ウェーブリングストレッチ

ウェーブリングを使ってリンパの流れを良くしながら体をほぐしていくレッスンです。

★6/21(水)19:30~ 美尻メイクエクササイズ

お尻を中心にエクササイズを行なっていきます。後半はランプ浴でリラックスタイムになります🍀

★6/30(土)16:30~ ウェーブリングストレッチ

ウェーブリングを使ってリンパの流れを良くしながら体をほぐしていくレッスンです。