

YHジャズダンスクルーズ

ストレッチとマッサージWS

レッスンの後にはストレッチとマッサージが大事！

しっかりとしたケアをする事で

更にレッスンが楽しくなる？！

実はまだまだ隠された身体が出てくるかも？！

2月11日(日) 13:00 - 14:30

親子 1組¥2,200

(クルーズ生)



腕の可動域を広げたい



膝が伸びるように



姿勢改善



足が上がるように

凝り固まった筋肉を脱いでみない？

お申し込みはスタジオまで