

登録No.1604

佐久間 和子氏

登録テーマ

5. スポーツ・健康

バレエストレッチ

活動プロフィール

作成 佐久間 和子



スタイルアップ

Ballet Stretch



どんなことするの？

アロマで脳をリラックスさせ、バレエの動きを取り入れたストレッチで全身を変えていきます。

バレエが初めてでも全く問題ありません！

すべての年代の方にお勧めです！

優雅な音楽とともにリフレッシュできること間違いなし!!