

毎週 月・木曜日

9:30~10:15 1回 100円



ストレッチ体操



かんたんな動作でからだをほぐしていきます。
心も体もリラックスさせていきましょう！

※マットあります。お気軽にお越しください。 会場 八戸市武道館