

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！

☆タオル・飲み物等お持ちください。

会場 八戸市武道館