

気持ちよく・楽しく身体を動かす

# フィットネス& リラクゼーション



いつまでも元気に美しい身体を目指して  
楽しく一緒に運動しましょう！



\*\*\* 月曜日 \*\*\*

10:20~10:40 【20分】

10:45~11:15 【30分】



ご参加  
お待ちしております！

八角 茜

Medical Fitness  
**JOINT**