

週替わりレッスン



日曜日

初めまして！4月1日からピタレーザ
NAGOYAに異動となる山内と申します！
宜しくお願い致します。

2日

14:00～14:30

巻き肩改善エクササイズ

TAKUMA

9日

14:00～14:45

姿勢を整えるためのコアトレ

角谷先生

16日

14:00～14:30

目指せ桃尻！美尻トレーニング

TAKUMA

23日

14:00～14:30

全身マッスル

TAKAKI

30日

14:00～14:30

筋膜リリース

SARASA