

6月 ~ 7月

Special Program

ペタ腹・プリ尻

ヨガ &
ピラティス

ヨガは心に ピラティスは身体に

この二つを組み合わせ、心も身体も美しいワタシへ!

自分自身を見つめる時間をたっぷりすると同時に、
気になるお腹やお尻を美しいプロポーションへと導いていきます。

【東京オペラシティ店実施時間】

毎週水曜日 12:30~13:30 HATSUMI

毎週木曜日 19:00~20:00 Mio

ホットヨガ
スタジオ 美温
Bion

ホットコラーゲンスタジオ
PURUMO

ホットヨガスタジオ
BODY UP