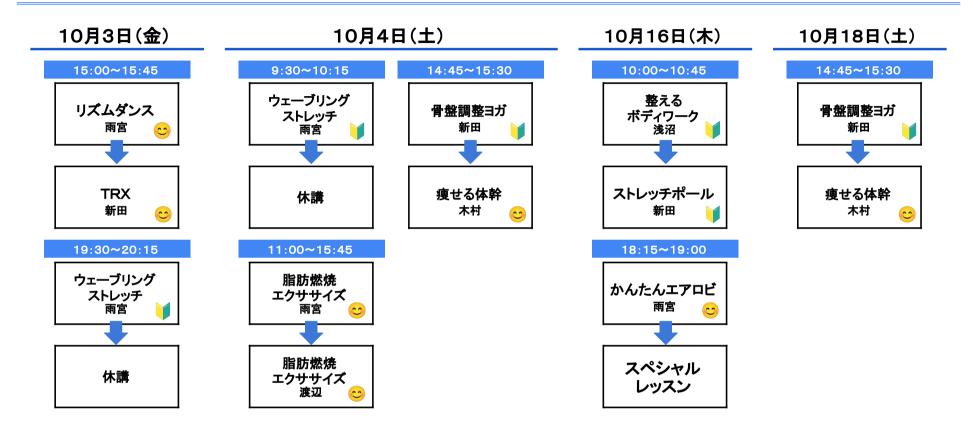
## 10月の代行・休講レッスン一覧



## 10月のスペシャルレッスン

## 「股関節を整える」担当:渡辺

股関節に必要な機能を高めるためのストレッチやエクササイズを行います。



第1回 10月14日(火) 11:45~12:30 第2回 10月16日(木) 18:30~19:15 ※レッスン内容は両日同じです。