



健康

フラダンス

★講師はいません

★**予約不要!**

★ビデオを見ながら

みんなで練習

体力向上・筋肉の強化・血行促進・リラックス効果
ストレス解消・癒し効果などが期待できます



7/16(木) 12:00~ 大広間

