

ゴールドジム湘南神奈川 週替わりレッスン

2/2	月	12:30～13:30	筋膜リリース＆ストレッチ	佐藤 久美
		19:00～20:00	リラックスフローヨガ	黒澤 和美
2/9	月	12:30～13:30	moistretch® (モイストレッチ)	大澤 綾子
		19:00～20:00	ベーシックローインパクト(初中級)	貝塚 あずさ
2/23	月	12:30～13:30	ファイティングスリム	清水 亜佐子
		19:00～20:00	コアパワーヨガ	黒澤 和美