

PHI Pilates Studio

Calm 新レギュラーレッスン 『PHI ピラティス・リズム』

PHI Pilates Rhythm

~ Xmas Special ver.

リズムミカルに、呼吸をしよう。

Calm の新しいレギュラーレッスン 『PHI ピラティス・リズム』は音楽を使用しリズムに合わせて呼吸をしながら楽しく動くレッスンです。呼吸の苦手な方、体幹をより意識したい方におススメです!!

12 / 1^{sat} ~ 12 / 29^{sat}