

愛されお尻の つくりかた

2017. 06. 01 - 2017. 07. 30

ウエストのくびれからヒップへとつながる美しい曲線・・・
愛されるキレイなお尻のために欠かせないポイントです。

ピラティスで骨盤・股関節周りにあるインナーマッスルを鍛えることで
お尻の美しい曲線を形づくる骨格を整えます。

体験レッスン
受付中

Calm
PHI Pilates Studio
6-7月期間限定
イベントレッスン