

🌀 特別レッスンのお知らせ♪

3/1 FRI

21:00～

定員8名

予約システム 1P

定員少ないため

お早めにご予約ください。

# KARATEエクササイズ♪

—スタジオソフトホットにて— ★1.5

KARATEエクササイズは、その名の通り「空手」を使った全身運動です。武道に触れながら、正しい姿勢と引き締まった身体づくりが出来ます。必要なのは、、、

「あなたの身体」と「キレイになりたい気持ち」これだけです！是非ベーレの皆さんと楽しい時間を共有出来ればと思います^-^

スタジオ無音の中、先生の「形」も間近で見れてちょっと感動しますよ！ スタッフより♪

**SAYAKA**



全日本空手道森道場  
黒帯 弐段