

イスに座りながらでもしっかり運動♪
マナビバスタッフの
おすすめレッスン



**全身を気持ち良くのばす
スツキリストレッチ**



ひざ、腰が痛い方でも座りながらしっかり筋肉を伸ばせるので安心。
レッスン後、ひざ痛、腰痛、肩こりがラクになる人続出!
マナビバ人気レッスンです♪

スケジュール表から探して
気軽に無料体験してみよう♪
↓ご予約電話番号はこちら↓

044-280-7645