

NEW

じっくり1ヶ月間続けられる！

1回15分*集中力が上がる

リフレッシュ体操



準備不要！

*スーツのまま気軽に！

仕事着OK

*会場準備も移動もなし！

自席で運動



選べるコース

①週1回や連続4回などアレンジOK

全4回コース

②1日1回、無制限に受講OK

フリーコース



フォローも充実

*見返せる！毎回レッスン後に

レッスン報告をお届け

*精算も手間要らず！

1ヶ月まとめて後払い

*レッスンにご満足いただけたら

そのまま継続OK！