

NESPA 主催事業「背骨コンディショニング体操」



6月22日（水）NESPA 主催事業「背骨コンディショニング体操」を開催しました！

ゆったりとした体操で、家でできる体操だったのでとても良かったです！

先生、受講者の皆様ありがとうございました！