

・お名前（漢字）

大木寛子

・お名前（フリガナ）

オオキ ヒロコ

・紹介文

初めまして。大木寛子です。

軽いウェイトから始めて、安全なフォームを身につけていきましょう☆

運動に慣れてきたら、その時にあったウェイトをつけて鍛えていきます。

自重のトレーニングも楽しいですね♪

・対応可能

ご予約は平日の朝から夕方まででご相談ください。

ヨガも担当いたします。

お待ちしております。