

株式会社 ポーラ①

BI-HA-DANCE

ポーラ的美肌研究から生まれた
美肌をめざす新しいエクササイズ!!

プログラム内容

新体操フェアリージャパンが取り入れているストレッチ!

- ① 毎日、いきいき健康でウイルスに負けない体作り!
- ② 修了証授与
- ③ 写真撮影

活動
場所

体育館・室内

対象
学年

全学年

必要
経費

無

定員

特になし

所要
時間

45分

準備物

タオル・(マット)

その他

保護者との参加可