

2019春

初めての方も安心の
テクニック付き

レスミルズ体験イベント開催

2019年5月2日(木) 19:00スタート

BODYPUMP

時間 : 19:00~20:00 (テック+45分レッスン)
料金 : 500円(税込)
担当 : 風岡IR・小林IR



バーベルを使って全身の主な筋肉を鍛える最高で最速のシェイプアッププログラムです。夏までに引き締まったBODYを手にいれませんか？

BODYCOMBAT

時間 : 20:15~21:15 (テック+45分レッスン)
料金 : 500円(税込)
担当 : 平森IR・小林IR



ボクシング・テコンドーなどの格闘技の動きを取り入れたエクササイズです。全身を使いパンチやキックすることで消費カロリーが上がり、脂肪燃焼効果抜群です！！

【お申込について】

お申込期間 2019年4月15日(月)9時~ 先着申込み順
お申込方法 総合フロント又はお電話にて受付
定員 各教室20名定員
参加料金 各500円(税込) ※申込み後の返金はできません

お問合せ・お申込み ウィングアリーナ刈谷 ☎0566-63-6886