

# 体幹 SP

～ 有料講座 ～

少人数制を活かした手厚い指導 ✨ ✨

1人1人にあったフォームやポイントのレクチャー 😊

ラバーバンドを取り入れたココだけの特別メニュー！！後半はボディケアあり★

定員：10名

場所：えみくる ARIDA スタジオ

時間：11:30～12:15 (45分間)

持ち物：シューズ・動きやすい服装・お飲みもの

担当：松本 IR

定期会員：¥3,000(税込) / 10回

一般：¥5,000(税込) / 10回 **+施設利用料**

開催日

7月

8月

9月

4、11、18、25

1、8、22、29

5、12

6月27日(土)10:00～

WEB受付開始!!

☆お電話でのお申し込み不可 ✕



※9/19 予備日

