

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：8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

9月	10月	11月	12月
27	4, 11, 12, 25	1, 8, 15, 22, 29	6

9月13日(土)10:00～

*12/13予備日

WEB受付開始



☆お電話でのお申し込み不可×

