



ミズノウェルネス笠岡

バーチャルレッスン体験会

毎週木曜日【全4回】

19:00～20:00

料金：1,100円(税込)／4回

映像を見ながらからだを動かす
バーチャルレッスンが体験できます！
1時間で筋トレ・有酸素・ストレッチを実施♪
月により実施内容を変更いたしますので
詳しくは施設HPまたはスタッフまで
お気軽にお声がけください！