

5月から

美HOT教室

TSURUMI

Sports Center

毎週水曜日

10:45~11:45

対象: 16歳以上

定員: 15名

料金: 月4回 / ¥5,500(税込)

場所: 鶴見スポーツセンター

持ち物: 動きやすい服・タオル
飲み物

鶴見スポーツセンター

鶴見区緑地公園内2-163

TEL06-6915-2567

開講

じんわり汗をかいてレッツ美ボディメイク

Inn(イン)

Pilates school ★ Pilates school ★ Pilates school

美HOTとは室内の温度を28~29℃

湿度を75%まで上げることで程よく汗をかくことが出来る教室で
デトックス・美肌効果・体温UP
に効果的です。

少し暖かい環境で身体を動かす事により
普段伸ばしにくい筋肉を温めながら
伸ばすことが出来る為、

心地よい伸びを感じ汗をかき易くなるので普段運動をあまりされない
30.40代女性の気分転換に
特にオススメです。

新規教室生大募集
体験のご参加
お待ちしております
※1回500円

※ご参加には
予約が必要です!!
お気軽にお電話
ください★