

会議室
特別教室

新登場！

Cardio Dance

カーディオダンス

9月30日(木)17:30~18:30



音楽に合わせてながら 楽しく有酸素運動や筋コンディショニング（筋トレ）などを行い、姿勢の改善や美しい身体を目指します！

*定員：3名（先着順） *対象：成人（16歳以上） *料金：330円
（事前予約制・キャンセルの場合でもご返金できませんので予めご了承ください。）

9月6日（月） より1F 総合受付にて受付開始！

皆様のご参加、お待ちしております！



※トレーニング室の登録証が無くてもご参加いただけます！ ★コロナ感染症予防対策にご協力ください★

