

1Fスポーツルーム 高校生相当以上対象です！



7月21日(月・海の日)スペシャルプログラム

真夏のスペシャル
よくばりプログラム!!

ヨガピラ エクササイズ

【時 間】 9:30~10:30

【強 度】 ★ ★

【料 金】 600円

【担 当】 松岡 真理

※室内シューズは不要です。



だれでもかんたん！
ハリハリで踊っちゃおう！

やさしい ディスコダンス

【時 間】 10:45~11:45

【強 度】 ★ ★

【料 金】 600円

【担 当】 KENICHI

※室内シューズが必要です。



真夏の夜こそ！集まろう♪

シェイプアップ ピラティス

【時 間】 18:30~19:30

【強 度】 ★ ★

【料 金】 600円

【担 当】 KAORI

※室内シューズは不要です。



お支払いは券売機のイベントチケット、または現金でお願いします。