

# BODY PUMP

最高で最速のシェイプアッププログラム

# BODY BALANCE

柔軟性・集中力・筋持久力の向上を目指せるプログラム



## HIIT

有酸素運動の6倍もの脂肪燃焼効果



日曜 特別スタジオ教室体験会

10月1日・15日(日)開催

各教室 各500円(税込)

【プログラム】

❖ **BODY PUMP**

❖ **HIIT**

❖ **BODY BALANCE**

【時間】

12時15分～13時00分 (45分)

13時20分～13時50分 (30分)

14時00分～14時45分 (45分)



ボディパンプ担当  
蓮 IR



ボディバランス担当  
LISA IR



HIIT 担当  
下田代 IR

【参加費】 各500円(税込)

【申込】 9月18日(月) 9時～総合受付にて直接またはお電話にて

【入金方法】 開催日の1週間前までにご入金

※ご入金の確認できない場合はキャンセル扱いとなります

【場所】 2F スタジオ

【定員】 BODY PUMP、BODY BALANCE 各20名

HIIT 15名

お申込・お問合せ ウィングアリーナ刈谷 0566-63-6886