

2日間限定開催

スタジオ教室体験会のお知らせ

※ 通常の教室にご参加いただきます。



【9月17日(木)】

12:00～13:00 ピラティス 担当:富井IR 参加費 1,000円(税込み)

13:15～13:45 ボディジャム30 担当:平森IR 参加費 500円(税込み)

14:00～14:30 ボディパンプ30 担当:古澤IR 参加費 500円(税込み)

【9月18日(金)】

19:30～20:15 ボディパンプ45 担当:古澤IR 参加費 750円(税込み)

20:30～21:15 ボディジャム45 担当:平森IR 参加費 750円(税込み)

お申込開始: 9月7日(月) 10:00～

お申込み方法: 直接総合受付で参加費を添えてお申込。
お電話の場合は1週間以内にご入金ください。
※お電話の際はお名前・ご連絡先をお伝えください。

Q. ピラティスって何？

インナーマッスルを鍛え、バランスの良い身体をつくれます。筋力、柔軟性の向上も期待できます！気になる方はぜひ！！

Q. ボディジャムって何？

最新の音楽を取り入れ、繰り返し動くことでダンスを覚え気持ち良く汗がかけます。ダンス経験のある方もない方も楽しんでいただけるプログラムです。この機会に試してみませんか？

Q. ボディパンプって何？

最新の曲に合わせてバーベルを使い、身体を動かします。ウェイトの調節が可能なので全くの初心者のかたでも安心して参加できるプログラムです。引き締まった身体を手に入れたい方はぜひ参加ください！

ご予約・お問合せ ウィングアリーナ刈谷 (0566) 63-6886