

健康運動指導士 荒井プレゼンツ

スペシャル筋トレレッスン

皆さんは日頃集中して効果的なトレーニングができていますか？
このレッスンでは比較的短時間で全身の筋肉を引き締め、大きな
脂肪燃焼を生み出します！

どなたでも無理なく頑張れる内容をご用意致します(^^♪

日時：5月27日(金) 13:30~14:15 (45分間)

場所：アクシーMAKI スタジオ

料金(税込)：会員様 1,000円
 会員外 1,500円



定員：12名限定

(定員になり次第、締め切りとなります)

持ち物：タオル、飲み物 ※シューズは不要です。

申込み方法：5月24日(火)までにフロントにてお申込み
下さい。

料金はレッスン当日の支払いとなります。

※ご不明な点は荒井まで

アクシーMAKI TEL.0256 - 73 - 3360