

LES MILLS

開講前体験会
2025

金夜復活!

BODY

PUMP

FRI 19:00~20:00

60 min

NEW IR.

Masakazu
KITAMURA

5/9, 16, 30

体験会
参加費

3回セット: 2,475円(税込)
都度1回: 1,100円(税込)

体験会
申込受付

セット申込: 2025年4/26(土)9:00 ~
都度申込: 2025年4/28(月) ~

※総合フロントにて先着順で申込受付いたします。お電話での申し込みはできかねます。
※本人または同居家族の方はお申込みいただけます。代理人申込はご遠慮ください。

※教室案内では体験日4回でお知らせしておりましたが、5/23はIRの都合により中止させていただきます。

※体験会にご参加いただいた方は、クール申込優先権があります。体験会後に
総合フロントにてお申込みください。(優先権有効期限: 6/1まで)

※体験会后、6-7月教室より1クール2ヶ月(全8回: 6,600円)で行います。

持ち物

運動できる服装・室内シューズ・水分補給できるもの(フタ付)・タオル

プラスチック軽量バーベルを用いて
「胸・背中・お腹・腕・脚・肩と
全身の筋持久力を高めて、
シュッと引き締まった筋肉をGET!!
「有酸素運動」と「筋トレ」を
かけ合わせた夢のプログラムだから、
効果を期待できます!!
1時間で560kcal消費!!

定員 15名

詳しくはスタッフまでお尋ねください。みなさまのご参加お待ちしております!

湖西市アメニティプラザ ☎ 053-573-0777