

BODYSTEP

special class 2

日程:7月6日、27日 8月3日、10日 (計4回)

時間:10:45-11:45 (60分)

場所:第2スタジオ

担当:廣橋インストラクター

料金:4回 会員4,400円(税込) 会員外5,500円(税込)

もしくは1回 1,375円(税込) 会員外1,650円(税込)

※会員外は着替えのみ都度ロッカーをご利用いただけます。

定員:15名 ※最少催行人数 7/3(木) 20:00までに8名

申込:6月22日(日) 12:00～ フロントもしくは電話受付

お申込みにあたり以下、ご了承願います。

<4回セットお申込みの場合>

- ・予約後、1週間以内のご入金
- ・キャンセル返金は開催初日の前日まで/開催途中の返金なし
- ・参加者変更なし(参加者固定)

ボディステップとは…

ステップ台の昇降運動と自重・プレートを用いたエクササイズを組み合わせた有酸素運動です。
お尻の引き締め、心肺機能向上に効果的！



ウェルネス新庄 ☎0745-69-9303