



LES MILLS  
**DANCE**

レズミルズ ダンス体験会開催！

7/28 SUN

13:30～14:15

担当：江口

レズミルズダンスとは...  
45分間のハイエナジーワークアウト！  
曲ごとに振付が完全に変わる1曲完結型なので  
45分間新鮮な感覚を持ち続けることができます。  
動きがシンプルで繰り返しが多いため、  
ダンス初心者の方にもおススメ！