

# シェイプアップ 講習会

部位別プログラム（腕・ウエスト・ヒップ・脚）を参考に一緒に脂肪燃焼させましょう！

担当 古川

- ✿ 日時 : 3月14日（木）
- ✿ 時間 : 15:30～16:30
- ✿ 定員 : 3名（先着順）
- ✿ 対象者 : トレーニングルーム利用者  
※ガイダンス受講済みの方
- ✿ 参加費 : トレーニング利用券



トレーニング受付にてお申込み下さい。

