

スペシャル講習会

女性のためのフリーウエイト ～ベンチプレス編～



フリーウエイトにチャレンジしたい!
バストアップしたい!

そんな方におすすめの胸部を鍛える種目をご紹介いたします!

初めての方、大歓迎です!

日時

6月14日(日) 14:30~15:30

場所

トレーニングルーム

定員

3名(女性限定)

担当

岡田

参加費

無料(トレーニングルーム利用料のみ)

申込期間

5月31日~当日まで

申込方法

トレーニングルーム受付にてお申込みください

※トレーニングルーム利用が初めての方は
事前にガイダンスの受講が必要です