

メディカルフィットネスLa Santé

# ボディメイク エアロ!!!

9.3(SUN) AM10:15 START!!

レッスン時間 60分

講師 門脇 奈美子氏

エアロビクスと筋トレを融合した脂肪燃焼  
効果アップのプログラムです。

ダイエットしたい方、しっかり汗をかきた  
い方におススメです。

持ち物  
室内シューズ  
タオル  
飲み物

参加費  
¥1,000  
事前予約お願い  
致します。

お問い合わせ

メディカルフィットネスLa Santé TEL:0235-64-8858