

2023年5月特別企画 グループパーソナルトレーニング



【担当インストラクター】

八木ふみ子

【申し込み方法・受付期間】

店頭受付 5月17日(水) 15:00~

電話受付 5月17日(水) 15:30~

※1週間以内にご入金が必要です

【キャンセルについて】

ご入金後の返金は致しませんので、

予めご了承承程よろしくお願い致します

【料金】

下記表をご確認ください。

会員価格(月会費会員の方)→チェックインが必要です

会員外価格(月会費会員で無い方)→ロッカー内が利用可能です

※クラス30分前チェックイン可、終了後60分以内チェックアウト頂きます。

ヤムナボディローリング

【ヤムナボディローリング】

ヤムナボディローリングは全てのワークアウトの準備としても最適なワークアウトです。トレーニング前に、またレッスン前の準備として股関節や肩関節から全身に繋いでいくワークをご提案します。初心者の方も大歓迎。ご自身の限界を超えて、動ける身体を手に入れましょう。

実施スケジュール

曜日	イベント	時間	場所	定員	料金
5/24(水)	ヤムナ ボディローリング	15:00~16:00 (60分)	スタジオ2	10名	3,300円 (税込)

※会員外価格:上記金額にプラス550円(税込)

※ご参加の方は専用ツールが必要です。

大きなボール1個、ブラックボール2個(合計3個)

※レンタル有り:550円(税込み) 希望者は同時にお申込みください ※先着3名

コナミスポーツクラブ