

10/22・29 (木)

9:30 DOOR OPEN

:30



10:00~11:00
b-up
ボディリセット

AIRI

:30

11:00

:30



11:30~12:30
b-up
瞑想フィット

CHIHARU

12:00

:30

13:00

13:00~14:00
b-up
ボディダイエット

ASAMI

:30

14:00

:30



14:30~15:30
b-up
ボディリセット

ERIKA

15:00

:30

16:00

16:30 DOOR CLOSE

:30

17:00

【Lesson Information】

ボディリセット

ボールを使用し、身体を緩め、整えるプログラムです。

瞑想フィット

自分自身の心と身体に集中し、コントロールしながら整えることを目指すプログラムです。

ボディダイエット

溶岩の温かさで身体を温めながらトレーニングを行い、お腹・二の腕・お尻・脚など、女性の気になるところを引き締め全身をシェイプアップするプログラムです。



…初心者の方でも安心のクラスです♪
簡単な動作で身体を整え、
リラックス効果も期待できます。

【定員】 各クラス8名

※体験が初めての方のみご参加いただけます。

【ご予約受付開始】 10月9日(金)10:00~

【ご予約方法】 お電話かフロントにて受付致します。

※未成年の方のご利用は、保護者様の同意が必要です。
※当日はレッスン開始30分前にご来店ください。

当日は手ぶらでOK♪

以下のレンタル品が無料でご利用いただけます♪

- ・ウェア上下(Tシャツ、パンツ)
- ・タオルセット(フェイスタオル1枚、バスタオル2枚)

※バスタオルは1枚はレッスン用、1枚はレッスン後にご使用ください

・お水500mlプレゼント!

※下着や、レッスン後のお着替え等はお持ちください。

～体験後入会特典～

事務手数料+10月分・11月分会費

まとめて1,980円!

- ※特典の適用には、6ヶ月以上のご在籍が必要になります。
- ※他の入会特典は適用とされません。
- ※記載の価格は全て消費税別です。

《営業時間》

月～金：9:30～23:00

土曜日：9:30～21:00

日曜日：9:30～20:00

※定休日：木曜

TEL：06-6743-6328