MOSSA FES 2019

IN NAS藤沢



2019年8月12日



11:30-12:30 定員100名





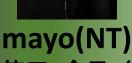
mayo(NT)・LIAプレセンター 笛田-川島

fight

12:50-13:50

定員100名







笛田-金子-絵野沢



14:10-15:10

定員40名









NEW CORE

15:30-16:00 定員50名

※事前にお申込が必要です。

担当:matsu(NT)



グループコアってなに?

Let's get Hard Core!

アスリートのようなアクションいっぱいの30分間のトレーニング。 肩から腰までの強力なコアが、あなたの運動能力を高め、 腰痛を防ぎ、シックスパックの締まった腹筋を作り上げます! モチベーションを高める音楽とコーチングのエキスパートが、 自体重やウエイト・プレート、タオル、ステップ台を使った総合的な ファンクショナルトレーニングへとあなたを導きます。 これら全てが、これまで以上にあなたに勝負を挑みます。 グループコアと共にピークに達してください!

大人気のMOSSAプログラム大型イベント開催決定!

ナショナルトレーナー(NT)を招いての60分スペシャルジョイントレッスンです!

今回新導入のグループコア(30分)の無料体験会も開催します!

スポーツクラブNAS藤沢店 OPEN 3周年を記念して一緒にLET'S MOVE!

〇お申込について

店頭受付開始 7/29(月)12:00- 、電話受付開始 7/30(火) 12:00-

1プログラム 1,000円 2プログラム 1,500円 3プログラム 2,000円

デイタイム会員(時間外利用料(500円※8/12のみ)、法人都度会員(都度利用料)、他店舗会員(他店舗利用料)を別途お支払いいただきます。

1プログラム 1,500円 2プログラム 2,500円 3プログラム 3,000円

- 対用料2,000円を別途お支払いいただきます。
- にリストバンドプレゼント。(リストバンドは当日のお渡しになります。)

※表記は全て消費税別です。