



ふらっと

なすらぼ

パーソナルトレーナーによる

「続けるための」運動セミナー



無料&予約不要 どなたでも
ふらっと ご参加いただけます

5月15日(金)

19:00~19:20

二の腕・背中スッキリ!
魅せる上半身最強メイク



5月17日(日)

16:00~16:20

夏までに-2kg!
代謝を上げる黄金比トレーニング



15日担当



飯野

17日担当



三浦

担当トレーナー：飯野・三浦

場所：NAS光が丘 ジムエリア

料金：無料 (お気軽にご参加ください)

続けてもらう、を続けていく。

SPORTS CLUB **NAS**