

2020年8月スタート

ちよこつと フィットネス

完全予約制
定員:3名

30分

スタジオレッスンへの参加が不安だけど…
☺️運動不足を感じる方 ☺️身体を引き締めたい方へ
おすすめのセミパーソナルトレーニングです!!!

【日程】

月曜) 10:00~10:30

火曜) 14:00~14:30

水曜) 10:00~10:30

木曜) 20:00~20:30

毎週開催しています!!!

家でできる
トレーニング
をご紹介します!



①ご予約



事前に「お電話」もしくは「フロント」で
ご予約をお願いします。
(お一人様1つのみのご予約となります。)

②ご参加



3F(Bスタジオ)までお越しください。
トレーニングウェアでご来館の方は、
ロッカーを使わずにご参加頂けます。
(トレーニングシューズをご持参ください)

スポーツクラブ
NAS姪浜

TEL:092-892-1011 <http://www.nas-club.co.jp>

[営業時間] 平日:9:00~23:00 土:9:00~22:00 日・祝:9:00~20:00 [定休日]毎週金曜日