

年末年始特別プログラム

	12月30日(月)	12月31日(火)	1月4日(土)	1月5日(日)
12:00	体験会		体験会	レッスンは 休講日
13:00	12:00~12:45 タエボーフィットネス 稲川みき	12:00~12:45 BODYBALANCE45 TOSHI	12:00~13:00 ブートキャンプ 稲川みき	
14:00	13:05~13:50 BODYSTEP45 横輪	13:05~13:50 BODYPUMP45 外崎	13:20~14:20 BODYATTACK60 新木	
	14:10~15:10 BODYCOMBAT60 横輪	14:10~15:10 BODYATTACK60 外崎		

【スタジオ定員】
40名 (ツール使用レッスン30名)
※ツール使用レッスン※
「BODYSTEP」「BODYPUMP」

【整理券】
レッスン開始1時間前よりフロントにて整理券を配布いたします。
【スタジオ予約】
WEB予約を(hacomonoから)ご利用いただけます。
・有料予約(宮の沢会員様):7日前(330円税込)から予約開始
・有料予約(他店舗会員様):3日前(330円税込)から予約開始
・無料予約(他店舗会員様不可):3日前から予約開始

タエボーフィットネスとは？



初心者も大歓迎！

手ぶらでOK！

みんなで声を出して盛り上がりよう！

ビリーズブートキャンプのような
エクササイズとなっています！！