

ヒートアップファイティング

簡単格闘系エアロビクス！音楽に合わせてパンチ！キック★

開催日

平成30年6月30日(土)

時間

18:00～18:30

定員

20名

申込方法

当日までに1F受付にて申し込み。
定員になり次第、締め切ります。

参加料

500円

持ち物

運動しやすい格好、室内用シューズ、
水分補給するもの

効果

格闘系エクササイズ！
ストレス発散や脂肪燃焼に効果あり！



参加される方は、
直接2Fスタジオに
お集まりください！



上記イベントの時間帯は、スタジオをイベントで使用します。
ご理解ご協力のほど、よろしくお願い致します。

ラ・ペアーレ浜田