

女性限定

『ナイトトレーニング教室～スプリングステージ～』

日時：1/24、31、2/7、14、21、28、3/6、13 毎週金曜日（全8回）

19：30～21：00

場所：サン・ビレッジしばた（小アリーナ）

対象：成人女性

女性のための痩せやすい身体づくり・目指す身体づくり（ヒップUP、代謝UPなど）を目的としたトレーニングを行います。



QRコードから、当教室の
レポートをご覧ください♪
【とらい夢のホームページ】に
つながります。
ぜひご覧になってみてください!!



定員数：20名（先着順）

料金：5,000円（教室初回に徴収）

持ち物：内履き、タオル、飲み物、ヨガマット（ヨガマット貸出あり）

申込み：12/23（月） a.m. 9：00～

サン・ビレッジしばた窓口または電話にてお申し込みください

【サン・ビレッジしばた ☎0254-23-8670】

