

スタジオ祝日プログラム

8月11日(月・祝)

12:30 (13:00	30分	 ウェーブストレッチ	杉崎	会員 無料 ビジタ-1,650円
14:15 (14:45	30分	 ビギナーエアロ	杉本	会員 無料 ビジタ-1,650円
16:00 (16:30	30分	トータルボディ トレーニング	小倉	会員 無料 ビジタ-1,650円

おすすめプログラム!!

トータルボディトレーニング

体幹トレーニングやトレーニングツールを使い、
全身をバランスよく鍛えるクラスです。
皆様のご参加を心よりお待ちしております。

お問い合わせは、トレーニングジムで承ります。
ゴールデンSPA・ニューオータニ



THE GOLDEN SPA
NEW OTANI