

スタジオ祝日プログラム

1月12日（月・祝）

12:00 ～ 12:30	30分	 青竹リフレッシュ	坂本	会員 無料 ビジタ-1,650円
13:30 ～ 14:00	30分	ボールエクササイズ	澤井	会員 無料 ビジタ-1,650円
14:45 ～ 15:15	30分	 ビギナーエアロ	杉本	会員 無料 ビジタ-1,650円

おすすめプログラム!!

青竹リフレッシュ

お正月明けにぴったりのプログラムです！

青竹を使用し、足裏ほぐし・トレーニングをしてみませんか？

皆様のご参加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。
ゴールドデンスパ・ニューオータニ 03-3265-9611 （内線556）