

スタジオ祝日プログラム

8月11日（火・祝）

13:00 ～ 13:30	30分	 やさしいボール	宮本	会員 無料 ビジタ-1,650円
14:45 ～ 15:15	30分	 ビギナーステップ	杉本	会員 無料 ビジタ-1,650円
15:30 ～ 16:00	30分	シェイプサーキット	澤井	会員 無料 ビジタ-1,650円

おすすめプログラム!!

シェイプサーキット

様々な道具を使い、リズムに合わせて全身をシェイプアップし、
暑い夏を乗り越えましょう！！

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）