

会議室  
イベント

～もう正月太いなんてしない！～

自宅で出来る

筋トレ&ストレッチ

自宅で出来る筋トレとストレッチをご紹介します！

今度のお正月こそは、太らないために筋トレ&ストレッチやってみませんか？



12月21日(金)14:30～15:30

2F会議室にて開催！

\*定員：6名（先着順）

\*対象：成人（16歳以上）

\*料金：320円（事前予約制、キャンセルされた場合でもご返金できませんので予めご了承ください。）

11月30日（金）より1F総合受付にて受付開始！

皆様のご参加、お待ちしております！

※トレーニング室の登録証が無くてもご参加いただけます！

