

# スマートボディ開催

12月限定

～15分間のショートレッスン～

内田



土曜日16:30-16:45

堺



土曜日10:30-10:45

石橋



火曜日16:30-16:45

岡安



参加する理由がある。



木曜日10:30-10:45

ストレッチエリアで15分間のショートレッスン開催

1人だと飽きてきたあなた！効果が止まってしまったあなた！  
今年最後のひと踏ん張り・・・もうひと絞りをするために・・・  
スタッフと一緒にスマボやりましょう！！！！

※レッスン時間は担当スタッフの枠の中に記載されております。