

スペシャル レッスン

コア バランス トリートメント C・B・T -トレーニング重視ver-

もともと内容モリモリのレッスンマニュアルなので
一部勝手に改変してオリジナルverでお届け！
バランスディスク・ストレッチポールを使用して、
トレーニング&ほぐしを行っていきます！
身体の内側を変えたい人にオススメ！
何とか一時間にうまく収まるように
一生懸命準備しますので、
是非奮ってご参加ください！



- 日時：1月18日(土) 15:00-16:00
- 担当：TAKAKI
- 定員：12名 男性参加OK (会員様限定)

年始営業は、

2025 1月4日 金

からスタート！

皆様のご来店

おまちしております。



あけましておめでとうございます！
今年もよろしく願いたします。

2025年1月

成沢店



購入特典 ヨガマット

消臭効果もあり、
質が良いので長く使えます！

- ① ヨガ1レッスン
- ② 酸素カプセル1回無料
- ③ VAAM or プロテイン1杯無料

購入すると、
選べる特典

スペシャル トッププライド

年明け初めのSP！

皆様がレースデイプログラムに馴染んでくる頃、
しっかり追い込んでいきたいと思えます！
皆さんと一緒に心拍爆上げ頑張りましょう！
ご参加お待ちしております！

※初めての方は、15分前にお越しください！

- 日時：12月21日(土) 11:15-12:15
- 担当：TAKAKI
- 持ち物：動きやすい服装・飲み物・内履き・タオル

