

SP LESSON!

ブリーズ ビシリ！

~ビューティーヒップ~

いつものブリーズヨガよりビシリ！と
キツめなレッスンをお届け!!
そんなに難しいことはしませんから
みんなで美尻を目指して頑張りましょう！

- 日時：9月28日(日) 10:00-11:00
- 担当：ISAMU
- 定員：28名 男性参加OK（会員様限定）

購入特典

プロテイン

レッスン頑張っているのに筋肉が増えない＝痩せ体質にならないのは、たんぱく質という材料不足のせいかも？FINELABのおいしいホエイプロテインで、自分の頑張りを体に反映させましょう！

【購入すると選べる特典】

ヨガ1レッスン or 酸素カプセル or ジム利用1ヶ月

敬老の日

9/15(祝・月)

10:00-11:00
美脚美尻骨盤ヨガ
MOMO

11:30-12:30
ストレッチヨガ
NANAE

15:00-16:00
ヨガベーシック
NAOKO

maternity yoga!

お腹の赤ちゃんとの対話を楽しみながら
ゆったりと行うヨガクラスです。

9/20(土)

- 会場：GILL 桜町店 常温スタジオ
- 参加費：¥2,500+tax
- 定員：5名（事前予約制）
※前日21:00〆切
- 担当：AI
- 持ち物：動きやすい服装・飲み物
母子手帳・バスタオル

ご予約はお電話、公式LINE、フロントスタッフまで！