

バンジーフィットネス体験会

7月より導入される新プログラム、“バンジーフィットネス”を一足早く体験してみませんか？

バンジーフィットネスとは、伸縮自在のスリング(吊りひも)を使用する最新のエクササイズです。

天井から吊り下げた4D PRO®スリングの弾力を利用することで、バランス感覚や筋力を効果的に鍛えることができます。



インストラクター

【日時】

6月19日(月) 19:30~20:15 古賀
6月21日(水) 11:00~11:45 日隈
6月22日(木) 18:45~19:30 古賀
6月27日(火) 11:00~11:45 日隈
6月28日(水) 17:00~17:45 尾陰
6月30日(金) 19:00~19:45 尾陰

【参加費】45分 : 1,944円(税込)

【定員】各6名

【持ち物】動きやすい服装、汗拭きタオル、水分補給
※室内用シューズ不要



古賀和美

日隈一行



尾陰由美子
からだの学舎
Re-fit校長

【お申込み・お問い合わせ】

☎072-260-4085

✉info@karadanomanabiya.com

受付時間:月曜9:30~18:00

火~木曜12:00~19:00

金曜9:30~16:00

からだの学舎

Re-fit

Karada no Manabiya

