

※普段あまりトレーニングをしない人推奨！！

# 『瘦身エクササイズ』

体の中の大きな筋肉をストレッチ＆トレーニングで  
刺激してから有酸素運動でテニスします！



担当:小林

10月31日(火) 14:00～15:00

- ・場所:ガーデン住吉
- ・料金:¥2,000/人 (税込)
- ・対象:11・12月期在籍の初～Bレベルの方
- ・定員:4名 (3名以上で開催)
- ・申込開始:10月24日(火) 10:00～ 住吉のお電話にて
- ・申込締切:10月29日(日)

※ キャンセルの場合、当日は全額のキャンセル料を頂きます。ご注意下さい。

