

NATSUKI スペシャルイベント



POWER HIPNESS

☆Schedule☆

11/3(土)14:30~@六本木店

11/24(土)14:30~@六本木店

11/25(日)14:30~@広尾本店

11/25(日)17:30~@六本木店

+1,000の追加料金がかかります。



尻トレの火付け役「お尻の女神」こと、岡部友さん考案のバンドを使ったお尻エクササイズ。

普段使えていないお尻の筋肉を鍛え同時にお腹も鍛えられるので、姿勢が良くなり見た目の印象ががらっと変わります。

筋トレ初心者の方でも可能なトレーニングです。



使用ツール：グルーツバンド