

★4月からレッスン時間75分→65分 追加料金+1000円→+500円に変更となります★

# 美活部65相澤オリジナル

■広尾本店■

土曜日 12:25～13:30

強度：★★★★☆

ツール：ステップ台・エクササイズバンド

insea 教育トレーナーのスペシャルレッスン。  
ステップ台の有酸素運動からエクササイズバンドを使用した筋トレ、  
最新のコアフローエクササイズにラストは楽しく最新ヒットでダンスタイム！！  
女性らしいしなやかで美しいボディラインになる心身ともに最高の時間をお約束します！

※レッスン時間65分間となり、通常レッスンと開始時間が異なりますのでご注意ください。  
※通常料金プラス500円の有料レッスンとなります。



inseaアドバイザーコンダクター/相澤