

レスミルス新曲発表会

初参加の方、プログラムに慣れていない方、大歓迎！！

下記のプログラムは3ヶ月に1度、曲と動きが新しくなります。

種目の説明も丁寧に致しますので、この機会にぜひ、ご参加ください。

日時	11月4日(月・祝)	10:30～			
		1部	定員	2部	定員
種目	ボディパンプ	30分	10名	45分	18名
	ボディコンバット	30分	10名	45分	20名
	グリット	30分	10名	30分	20名

対象者 1部は初参加の方、参加回数5回未満の方
2部は参加回数5回以上の方

※1部のみ定員予約制となります。参加希望の方は、3Fジムスタッフまで。

また、2部に関しては通常通りチケットをお持ちの上、プログラム前に担当インストラクターにお渡し下さい。