

楽しく筋トレ！

10月限定

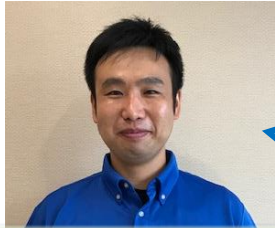
ダンベルエクササイズ

軽い重りで楽しく・簡単に
気になる部分をシェイプアップ！

毎週月曜日

① 10:30～11:00

② 11:10～11:40



インストラクター
木村 尚

ダンベルエクササイズで
一緒にいい汗かきましょう！

