



LesMILLS

Special Event

SH'BAM

LES Mills

15:00~15:45

Special Guest **松永 三千代** トレーナー

Sh'bam(シバム)はダンス系ワークアウトですが、ダンスの経験は必要ありません。
必要なのは遊び心とあなたの笑顔！
日常から離れて、夢中にダンスを踊りましょう！

定員100名



BODYCOMBAT

LES Mills

16:30~17:30

Special Guest **谷 顕真** トレーナー

Special Guest **佐藤 舞** トレーナー

BODYCOMBAT(ボティコンバット)は最大740 カロリーまで燃焼させ、パンチとキックで非日常的な時間を体験できるワークアウトです！
最高の音楽とパンチやキックの組み合わせで日頃のストレスを発散して、最高の1時間を過ごしましょう！



定員100名

日程

2019.11.4 MON

場所

ジョイフルアスレティッククラブ 土浦 アリーナ

料金

1クラス 土浦店会員 ¥1,000(税抜)
守谷・千葉店会員 ¥1,500(税抜)
一般の方 ¥2,000(税抜)

※守谷・千葉店、一般の方は施設利用料金込みの価格になりますので2クラス以上参加される方は¥1,000(税抜)を追加となります。

参加申込 JAC土浦店の会員様

2019年10月 4日(金)10:30~電話受付

2019年10月 4日(金)12:00~直接受付

当日の入場はお申込み頂いた順番での入場となります。

キャンセルは2019年10月27日(日)19:30まで

参加申込 JAC他店舗会員様・会員以外のお客様

2019年10月12日(土)10:30~電話・直接受付

当日の入場はお申込み頂いた順番での入場となります。



ジョイフルアスレティッククラブ土浦

TEL 029-842-8833

