CYCLE STUDIO
EST
CHAIN
2015
RIDE YOUR WAY

体験レッスン
Trial Lesson
1 Lesson 40~50minute

期間限定
完全予約制
先着制

¥0

2019.10.16(Wed)~10.29(Tue)

ABOUT
サイクルプログラムとは

バイクを使った有酸素運動を音楽に合わせて
グループで行うエクササイズ

インストラクターが行う”ライブレッスン”と
暗闇で映像を見ながら行う”バーチャルレッスン”
で非日常体験が味わえます

グループレッスンで
大量の汗をかくことにより

『脂肪燃焼』、『デトックス』、『ストレス解消』、
『爽快感』、『達成感』、『一体感』
を感じられます！

~音楽×暗闇×BIKE~

PROGRAMME
導入するプログラムは

世界105ヵ国以上で高い人気を誇る
Les MILLSプログラム
３種類を導入予定

LesMills RPM	・最高の音楽に浸り、豊富なトレーニングメニュー ・関節への負担を抑え、最大限の効果を提供 ・脚を引き締め、シェイプします
LesMills sprint	・30分限定、短時間集中型 ・最短で結果を出す ・心と体を強くする
LesMills THE TRIP	・バーチャルな世界の旅を楽しむワークアウト ・没頭できる環境でのトレーニング ・フィットネスの未来がここに

SYSTEM
無料体験について

体験料金　：　0円
定員　：　各クラス20名
予約について　：　予約は２クラスまで※

※２クラス希望の方は予約時に同時申込が必要となります。
上記同一プログラムの申し込みは不可となります。

スケジュールにつきましては別紙をご参照ください。

無料体験申込期間
2019年10月1日(火) 11時00分~
サイクルスタジオ無料体験 電話予約、直接予約

ジョイフルアスレティッククラブ土浦
今すぐ検索! JAC土浦 検索
Instagram.はじめました