

覚醒せよ、眠れるポテンシャル



ワンランク上の 動きへ！

楽しみながら体幹コアトレーニング

会員様、または会員のご家族である中高生は
無料で参加できます。

一般の方は通常参加費をいただいておりますが、

今だけ参加費無料！

この機会にぜひ、ご友人とご来場ください！

SAMURAI EX

2月

リズムDE体幹トレーニング

担当：石末

3月

コアトレーニングダンス

担当：岸本

4月

かんたんピラティス

担当：松井

5月

体力測定会

担当：森下