

10月の無料体験レッスン

■ZUMBA STEP

今、人気のZUMBAが金曜日クラスにやってきます。

はじめての方でも楽しんでいただけますのでぜひご参加下さい！

実施日： 10/6 (金)

時間：19:30~20:10 (40分)

場所：3階スタジオ

担当：まどか インストラクター



■女性のための護身術

女性限定！彩華初の護身術レッスンです。

ストレッチや筋トレなども含みますのでトレーニングにも最適！

実施日： 10/3 (火)

時間：15:30~16:00 (30分)

場所：4階武道場

担当：兼田 インストラクター



イラストはイメージです。