おためし　引き締めトレーニングコース（30分）　\1,000

ランニング　1週3分×2　+　腹筋2分×2　の2セット　15分(1分ずつ休憩)

Ａコース　ビギナーランニング10分　腹筋5分　2セット

ランニング　1週3分×2　+　腹筋2分×2　の2セット　15分(1分ずつ休憩)

月4回利用でジャスト　\10,000

Bコース　ノーマルランニング10分　腹筋5分　+　ボルタリング20分　2セット

ランニング　1週3分×2　+　腹筋2分×2　の2セット　15分(1分ずつ休憩)　+　ボルタリング20分フリー

月6回利用で　\38,000

Cコース　ハードランニング15分　マッスル腹筋10分　+　ボルタリング40分　3セット

ランニング　1週7分×2　+　腹筋5分×2　の2セット　15分　+　ボルタリング40分フリー

月8回利用で　\45,000

今月限定のお得情報！！

会員様感謝月間として、1杯無料でトレーニングに効くドリンクを1杯プレゼント

ご希望の方は、近くのスタッフまでお声がけ下さい。

大人のブラックコーヒー カフェインで集中力をUPして脂肪燃焼を促進させろ！！

BlueBlu カフェインとアルギニン摂取でトレーニング効果UP！！

EAA 必須アミノ酸摂取で筋肉増量！！

X－XX－XX