

シェイプアップ プログラム

募集人数 5名(先着順)

対象者 1人でのトレーニングに不安な方

募集期間 5月3日(月)~5月30日(日)

実施期間 初回から12週間

料金 13,200円(税込)

受付方法 トレーニングジムカウンター

※スマートフォンを持参してください。(アプリを使用します。)

どちらもサポートしていきます!

食事

運動

メリハリボディーを手に入れよう!

筋肉つけて脂肪撃退!