

Topics

1月のお知らせ

円山 studio

新年スペシャル『カラダ WAKE UP』



●1月10日(月・祝) 10:00~11:15

(トレーナー: TERU)

セルフマッサージと深い呼吸でリンパの流れを整え、
カラダに酸素を巡らせていきます。

適度なワークアウトでカラダを目覚めさせ、
2022年を元気に1年過ごせるよう、元気チャージしましょう！



Sunday ジャイロキネシス

●1月16日(日) 10:30~11:45

(トレーナー: ATSUKO)

人気の日曜ジャイロ、新年は16日に開催します！
インナーマッスルとアウターマッスルをバランス良く動かしていきます。
ボディメンテナンスに、ぜひお越しください！

●円山会員さま 12ポイント

●グランド会員さま 共通チケット1枚+2,500円

(※お振替1回分をチケット1枚としても充当可能です。)