

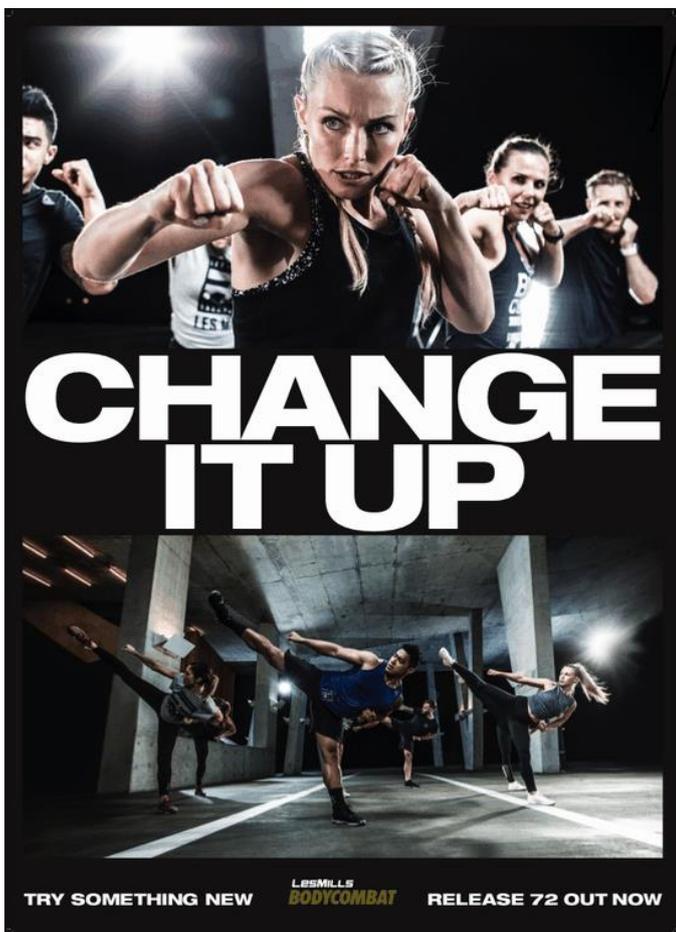
レスミルズプログラムが始まります！ フロントにて受付中！

ボディコンバット

格闘技系

ボディコンバットには、キックボクシング、テコンドー、空手、ムエタイ、ボクシング、太極拳などの動作が取り入れられています。これらのエッセンスが、エネルギッシュな音楽に合わせて振り付けられていますから、動きは実にダイナミック。パンチやキックを繰り返しながら、メンタル、フィジカル両面の効果を十分にゲットしましょう。

体験参加者 先着順受付中！



7月23日	月	14:15~14:45
7月25日	水	18:15~18:45
7月29日	日	15:15~15:45
8月 1日	水	19:15~19:45
8月 6日	月	14:15~14:45
8月 8日	水	18:15~18:45
8月20日	月	14:15~14:45
8月22日	水	20:00~20:30
8月27日	月	14:15~14:45
8月29日	水	20:00~20:30