4月スタート
BPMトレーニング
Beats Per Minute
BPMとはテンポ
単調になりがちな筋トレもリズムに合わせて
効率よく鍛えられる 今話題のトレーニング
カッコイイ
カラダを
ツクル
ハジメのイッポ
土曜10：00カラ10：45
2F集会室
定員15名
トレーナー 松村翔太
月額￥2,200
別途施設利用料