カラダ改造！脂肪燃焼エクササイズ@皇居

分かってはいても食べ過ぎ、飲み過ぎで体重が増えてしまう方は意外と多いです。カラダを動かして食べた分、飲んだ分をしっかり消費しましょう！エクササイズの内容は有酸素運動と筋トレ・体幹トレのミックスです。カラダを動かして、脂肪を燃焼しやすいカラダ作りを目指します。さらにダイエットの大敵ストレス解消にも◎です。ダイエットはただ痩せるためだけではなく、健康的な生活習慣を身につけるきっかけにもなります。

イベント名	カラダ改造！脂肪燃焼エクササイズ@皇居
開催日	2019/6/29
受付開始	9:30 〜
申込料	カラダ改造！脂肪燃焼エクササイズ@皇居 2,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	ランピット
住所	東京都千代田区一ツ橋1-1-1 パレスサイドビル1F
主催者	TRACK TOKYOランニングクラブ
お申し込み	※イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！ https://moshicom.com/28984

MAP