



## マット1つで脂肪燃焼！

## 美ボディメイクトレーニング 男も女も確実に綺麗に痩せる

レッスン内容は、ヒラティスをベースに筋トレ要素を加えて、5分1セットを4セット行います。

体験参加の方からは、「かなり良くてしっかり継続してやればカラダが絞れるトレーニングでした。」

「毎週あるならリピートしてしっかりやりたい。」

「見てやるだけのYouTubeとは違う感して、やる!ってスイッチが入っている。」と好評です。

イベント名	マット1つで脂肪燃焼！ 美ボディメイクトレーニング 男も女も確実に綺麗に痩せる
開催日	2020/7/22
申込料	7月22日レッスン 2,750円 7月29日レッスン 2,750円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
参加定員	8人
主催者	Run up(ランアップ)
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！ <a href="https://moshicom.com/42882">https://moshicom.com/42882</a>

