



7/8 WINGATE Boot Camp (ウィングート ブートキャンプ)

全身の筋力と心肺機能を高めるサーキットトレーニング、負荷の強度が増していくレイヤリングトレーニングを中心としたトレーニングクラスとなります。

特に下半身のパワーと全身のスタミナを高めていきます。

持久系のホビーアスリートや、体を引き締めたい方は是非ご参加下さい！

イベント名	7/8 WINGATE Boot Camp (ウィングート ブートキャンプ)
開催日	2020/7/8
申込料	7/8 参加 500円
支払方法	クレジット決済
主催者	株式会社ウィングート
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/43386

