



## 6月27日(日)鎌倉材木座パーソナルトレーニング

ケトルベルやTRX、フリーウエイトなどを使ったトレーニングです。筋力アップとともに体幹も鍛えていく全身運動です。どんなスポーツにも効果的でウエイトトレーニング初心者や女性にもお奨めです。

イベント名	6月27日(日)鎌倉材木座パーソナルトレ ーニング
開催日	2021/6/27
受付開始	13:30 ~
申込料	6月27日(日)14:00-16:00鎌倉材木座パー ソナルトレーニング 2,200円
支払方法	会場払い
開催場所	OSJ湘南クラブハウスB1F
住所	神奈川県鎌倉市材木座6-4-27
主催者	OSJ湘南クラブハウス
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/55085



