



【食べて痩せる】 + 【腕まわり集中トレーニング】60分

やまがりえによるレッスン【ガーリーラン】 ガーリー体操『Show your arms』でウォーミングアップした後、Studio D Ayumiトレーナーによる、食べて痩せる方法 + 腕まわり集中トレーニング!! ダイエットしたい方はもちろん! パフォーマンスアップ、運動不足解消などいろいろな効果が期待できる内容です! どなたでもご参加いただけます! 一緒に楽しくトレーニングしましょう!

イベント名	【食べて痩せる】 + 【腕まわり集中トレーニング】60分
開催日	2021/11/3
受付開始	8:50 ~
申込料	9:00 ~ 食べて痩せる + 腕まわりトレーニング 2,000円 10:30 ~ 食べて痩せる + 腕まわりトレーニング 2,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	ナカチカビルA 1F
住所	東京都中央区日本橋堀留町2-9-2
主催者	ガーリーラン
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/60258

