【パフォーマンス向上・体幹トレ】アニマルフロー グループレッスン 初心者クラス

Animal Flow (アニマルフロー)とは『ヨガ、ダンス、格闘技、パルクール、カポエラ』などの要素を組み込んだ新感覚エクササイズです。一つ一つの動作が解剖学や運動学に基づいていて『筋力アップ - 関節可動域向上 - バランス能力向上』につながる動きを行います。そんな大人気エクササイズを皆様で盛り上げながら行えるグループレッスンです。

イベント名	【パフォーマンス向上・体幹トレ】アニマルフロー グループレッスン 初心者クラス
開催日	2022/10/19
受付開始	18:50 ～
申込料	アニマルフロー グループレッスン【初心者】10月19日 3,000円 [初回体験]アニマルフロー グループレッスン【初心者】10月19日 2,000円
支払方法	会場払い
開催場所	Go.Field Fitness
住所	東京都目黒区平町1-25-5 アペックス都立大1F
主催者	Go.Field Fitness パーソナルトレーニングジム
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/74648

MAP