

運動が続かない方必見

- ◆運動が長続きしない...
- ◆単調であきる...
- ◆一人で頑張れない...



そんな方におすすめなのがスタジオレッスン

集団プログラムなので、みんなでがんばりを共有できます。
音楽に合わせて身体を動かすことで、楽しく運動ができます。
15分間のクラスから60分間のクラスまで幅広くご用意しております。
『脂肪燃焼』、『筋トレ』、『ストレス発散』、『認知症予防』
目的いろいろ、レッスンいろいろ
まずは、自分に合ったスタジオレッスンを試してみましょう!!

2022年6月末まで1レッスン**550円**(税込)

スタジオ・サブアリーナのレッスンのみです。

1本の価格は30分・45分・60分すべて同じです。(550円(税込))

他のエリアをご使用の場合、別途料金が必要となります。

1日の定員は、**20名**です。

チケット購入は参加希望レッスンの**開始30分前**より

フロントレジにてご購入いただけます。

※2本受けられる場合は、1,100円(税込)