

努力は裏切らない!!!

マンツーマン指導!

山崎塾

サポトレ
スペシャル
第2弾

腕トレーニング

上腕を太くする
最強トレーニング



たくましい腕もを手に入れましょう
腕トレーニングを教えます!



二の腕引き締め



15分の
トレーニングで
2.6 cm UP



【日時】2022年8月9日・16日・23日・30日

(火曜日)

14日・21日・29日

(日曜日)

【時間】火曜日: 20:15~20:30

20:45~21:00

日曜日: 15:30~15:45

【諸注意】

- ・要予約 (ジムスタッフにお声がけください。)
- ・予約開始は8月4日(木)10:00より開始です。
- ・一枠定員1名。お一人様15分です。
- ・男女問わずどなたでもご参加いただけます。

丁寧に教えてくれたので、わかりやすかったです。またサポートしてもらえたので実感しやすく、すぐにパンプアップもできました!

スタッフ水野



SAPOTORE

