

BODYPUMP school

インストラクター **山上 奨**



7月7日【マスタークラス】

7月14日【マスタークラス】

7月28日【マスタークラス】

19:50～20:50スタジオA

BODY PUMP(定員20名)

1回550円(税込み)



60 分の全 3 回コース

**LesMILLS
BODYPUMP**

音楽に合わせ、バーベルやプレートを使用し、全身まんべんなく鍛えるクラス。

パーソナルトレーナーとしても引っぱりだこな山上インストラクターが、基礎から細かいポイントまでお伝えします！

スキルアップを目指したい方、これからトレーニングを始めたい方！ぜひお待ちしております！！

2025 年 6 月 23 日(月)0:00～ WEB にて受付開始！

抽選を行うためレッスン開始 15 分前に A スタジオにお集まりください。

☆レッスン予約方法☆

①WEB サービスより『イベント』⇒『イベント予約』⇒『お申込みにあたってのご同意事項』を確認の上
ご同意ください⇒講座コードは入力せずにそのまま『次へ』⇒店舗をジェクサー亀戸にし
『7 月短期有料 BODY PUMP@JX 亀戸』にてご予約ください。

②会員証をフロントにご提示ください。

③キャッシュレス券売機にて入金し、出てきたレシートをお取りいただき予約完了です。(入金後の返金はできかねます。)

※予約・入金はレッスン開始 30 前までをお願いいたします。

※レシートは当日ご提示いただく場合がございます。

※キャンセルは前日スタッフ対応時間(19:00)までをお願いいたします。