

BODYPUMP school

インストラクター **山上 奨**



12月1日【マスタークラス】
12月8日【マスタークラス】
12月15日【マスタークラス】
12月22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 4 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張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！！

クラス実施日2週間前の0：00～WEBにて受付開始！

参加場所はWEBにてお選びいただけます☆

☆レッスン予約方法☆

①WEBサービス『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『11月短期有料BODY PUMP@JX亀戸』にてご予約ください。お支払い方法は、WEB決済のみとなります。

※予約・入金は、レッスン開始時間まで承ります。

※キャンセルは、レッスン前日の23：59までをお願いいたします。キャンセル期間を過ぎてからの返金はできかねます。ご了承ください。