

ハイブリッドレッスン WOW! HIP



坪松美穂

「ハイブリッドレッスン」とは

映像レッスンで動作を確認しながらトレーニングを行い
インストラクターがその場で参加者の皆様を徹底サポートしていきます。
映像+リアル指導で正しいフォームが身につく
より効果的なエクササイズへと導きます。

- ◆ 9/15(月)
- ◆ 13:10~13:55
- ◆ BLUEスタジオ

参加費無料
(通常予約)