

8月30日（土）開催

参加費無料

SUMMER LIVESTREAMING EVENT



LesMILLS **BODYCOMBAT**

17:00～（テック15分 + クラス30分）

プログラム：BODYCOMBAT

様々な格闘技の動きを取り入れたLes Millsで最も人気のあるプログラムのひとつ。最初の15分間で動きをポイントとともに解説するので、初めての方でも安心して楽しむことができます。

担当インストラクター：KENSIN

世界中のLes Millsファンに大人気。数々の大舞台でハイレベルなパフォーマンスを魅せるトップトレーナー。彼のクラスを受ければ、きっと今までにないワークアウト効果を感じることができるでしょう。



LESMILLSJAPAN

LesMILLS

※詳細はクラブスタッフへお尋ねください。