

8月15日（水） 成人体験会スケジュール

OXIGENO

【時間】 10:00~10:45 【担当】 若林
【場所】 Aスタジオ 【定員】 50名
【内容】 ヨガ・太極拳・ピラティス・ストレッチの動きを
組み合わせて柔軟性や筋力をアップするクラス



RADICAL POWER

【時間】 11:00~11:50 【担当】 植田
【場所】 Aスタジオ 【定員】 19名
【内容】 バーベルを使用し、音楽に合わせて
全身の筋肉トレーニングを行うクラス。

FIGHT DO

【時間】 12:00~12:45 【担当】 山口
【場所】 Aスタジオ 【定員】 30名
【内容】 格闘技の動きを音楽に合わせて動き、
ストレス発散や脂肪燃焼を行うクラス



体験会参加者特典

入会金・登録事務手数料・初年度年間施設費 3点無料 さらに
TAC限定アルミボトル プレゼント ※8月入会者のみ