

ストレッチ・筋トレ・体幹強化が同時にできる！！

スポレッチ®

Sporetech®

体験レッスン

10月28日

(日曜日)

10:15~11:15

スポレッチとはスポバンド®を2本使用する
新しいコンディショニングプログラムです！！

場所：渋谷コア・フォレスト

（渋谷コナミ・スポーツクラブ8階）

料金：2000円※事前振込制

（スポバンド®レンタル代込み）

定員：10名

音楽に合わせてアクティブに動く
スポレッチで心も身体もスッキリしましょう！！

スポバンド®

お申し込み・お問い合わせ

raund2727fitness@gmail.com

※メールにてお申し込み後、レッスン料金をお振込みください。

振込先

みずほ銀行 石神井（しゃくじい）支店 普通 2414763

<口座名義> Round FIT 高田朝美

バンドに9つの通し穴があるので
強度調節が簡単にできます！！