

8月1日より

「SSS」「スーパーカット」復活！

7月1日のプログラム変更に伴い、「SSS」「スーパーカット」を廃止させていただきましたが、お客様より数多く「復活してほしい！」というご要望をいただきましたので、8月1日より期間限定で復活いたします！皆様のご来店お待ちしております！



「SSS」とは...

ステップ運動と共に、女性らしい身体のラインをつくっていく筋肉コンディションを加えたプログラムです。ステップの回数は800回で、ひねりの動作なども入った、あっという間のSTEP LESSONです。



「スーパーカット」とは...

全身の筋肉をしっかりと鍛え、より太りにくい身体とメリハリのあるボディメイクを目的としたプログラムです。筋肉の美しさを競う大会で活躍する現役インストラクターがプロデュースする筋コンディショニングを主体としたプログラムです。

注意点

- ・各レッスンの時間は、7月25日にWEB上でご確認いただけます。
- ・レッスンの数に限りがございますので、ご予約はお早めに。
- ・「SSS」「スーパーカット」は、強運動度・難易度が「S800」よりも高いレッスンです。予約する際はご注意ください。