

2月11日(水・祝) スタジオイベント

開催場所：多目的室D

MASTER THE FORM

『動ける人』から『魅せる人』へ。
一流のフォームをインストールせよ。

基礎はもちろんのこと、インストラクターの
⑧ワンポイントなど、普段のレッスンでは聞けない
情報盛り沢山！フォームが変わればカラダも変わる！



01

ボディパンプ
テック&60

11:30-12:45

江波戸・横山・養父

02

ボディコンバット
テック&60

13:15-14:30

江波戸・養父

03

アフタートーク
ストレッチ

14:45-15:15

江波戸・養父

定員:15名 参加費:1,500円

効いている「つもり」との決別！
同じ重量でも全然ちがう！
目から鱗の75分、
A5ランクの筋肉を手に入れよ！

定員:40名 参加費:1,200円

力任せのフォームから脱却！
走攻守ならぬ、スピード・
パワー・美しさを兼ね備えた
ファイターに進化せよ！

定員:40名 参加費:500円

カラダ整う・ココロ繋がる☆
クールダウンしながら、ゆったりとトークタイム。
レズミルズプログラムを愛する
者同士、情報共有せよ！

お申込・お問合せ

048-851-5050

サイデン化学アリーナさいたま

1月25日(日)14:00～総合受付予約開始

1月27日(火)14:00～電話受付開始

当日9:00以降に総合受付で現金にてお支払い。

レッスン開始15分前に現地で入場順の抽選。

※キャンセルの際は事前にご連絡をお願い致します。

※価格は全て税込