

Lächeln 1周年記念フィットネスイベント！！

インターバルエアロリターンズ!!

日時：**2月8日（木）**
場所：**レッヒェルン1Fリング**
時間：**19：30～19：50**
※19:15までにお越しください

3分×5セット、間に30秒の休憩を挟みながら
徐々に運動強度を上げていくエアロビクスです

レッヒェルン会員の方も、会員以外の方も
どなたも参加いただけます！！

【リターンズ!!】は前回よりハード&難易度高し!! 攻略してください!!
お誘いあわせておいでください!

参加費：500円（税込）

※**会員以外の方のみ**参加費を頂戴いたします、ご了承ください

動きやすい服装・シューズ・タオル・ドリンク（水分補給用）を
各自ご持参ください

～参加お申し込みは～

お電話にて

☎0797-87-5556

または

**直接レッヒェルンカウンターへ
お問合せください**

※スペース許容を超える場合は受付終了となりますのでお早めどうぞ!

当企画はフィットネスメニュー体験のため、
メンバー以外の方が参加される場合は体験企
画前後のフィットネススペース、マシン、
およびリングの利用はご遠慮いただきます
ことをご了承ください



Lächeln
Boxing & Fitness