

9月20日・23日祝日特別イベント



BurnG

EXERCISE

BurnG Exerciseとは？

バンジーコードを用いることで、身体へかかる重力の負荷を減らし、ジャンプ、ダイブ、スクワット等の有酸素運動と、筋力トレーニングの要素を組み合わせることで、短時間で高効率の運動効果を得られます。重力から解放され空中を自由に飛びまわる爽快感、音楽に合わせた軽やかなステップで、ダンスするようなグルーブ感、全てが新感覚の高燃焼系空中エクササイズです。



担当インストラクター
Mao



日時：9月20日(月・祝)/23日(木・祝) スケジュール

9月20日(月・祝)

14:30～15:30 BurnG Exercise 担当：Mao 定員：7名※有料

9月23日(木・祝)

13:00～14:00 BurnG Exercise 担当：Mao 定員：7名※有料

※料金：会員 1レッスン ¥1,650(税込) 20日,23日どちらか1本のみ
ビジター 1レッスン ¥3,300円(税込)

※ビジターの方はPayPayでのお支払いとなります。

申込：会員：店頭予約 9月1日(水)～9月19日(日)
ビジター：電話予約 9月6日(月)～9月19日(日)各日10:30～

申込・問合せ先

〒604-8145 京都市中京区元竹田町643東洞院通BINO東洞院3F
TEL:075-748-1146