

オンライン
LIVEレッスン



東京⇄生駒 WebでLIVEレッスン

Special
Instructor



高柴大雅(Taiga Takashiba)

- ・フィットネスインストラクター歴18年
 - ・指導カテゴリ
エアロ ステップ ダンスエアロ
 - ・マレーシア R series fit アドバイザー
 - ・Fitness4 リーダー
- 「Fitness4」というYouTubeチャンネルを運営して現在チャンネル登録者数1万人



田口優喜(Yuki Taguchi)

- ・フィットネスインストラクター
 - ・リトモスアシスタント
マスタートレーナー
 - ・プロジェクトワークアウト
プログラムディレクター
- 自身の公式サイトを運営しながら
パーソナルレッスンの予約やイベント出演
を行っておりYouTubeへの出演も多数

開催日程

2022/6/24 (金)

15:15~16:00

開催場所

TACきらめき
スタジオ

対象

きらめき会員

参加料

無料

定員

8名

《レッスン内容》

東京と生駒をZoomでつないで楽しく体を動かすレッスン！

前半は有酸素運動、後半は簡単な自重トレーニングやストレッチを行います。

《予約・受付》

6/15 (水) 9:00より受付を開始いたします。

※電話予約は10:00より受付

※電話予約の場合は、予約より1週間以内にお手続きをお願いいたします。

※お申込み・ご予約につきましては、ご参加される方のみとさせていただきます。

ご友人等のお申込み・ご予約は出来かねますので、ご了承ください。