

【新プログラムのご紹介】

ファットバーンエクストリーム

「FAT BURN EXTREAME」とは…英国にて生まれたこのプログラム
その名の通りファットバーン(脂肪燃焼)に効果絶大の大変パワフルなプログラムで
人気を集めています。また筋力向上/体力向上に非常に効果的な為、
様々なスポーツ選手にも取り入れられています。
最大限の効果(MAX INTENSITY)を発揮させるために考えられた
オリジナル性溢れるトレーニングコリオは誰もがチャレンジしたくなる！
やみつきになる！そしてカラダが目覚める感覚になります
そんな未だ感じたことのないトレーニングプログラムを体感してみましょう！

【自由参加型教室 参加方法】

- ①フロント横券売機にて (スタジオ+トレーニング室セット券:600円)をお買い求め下さい
- ②トレーニング室にて自由参加型教室の登録(初回時のみ)を行い、カードを作成致します
- ③レッスン開始30分前より受付開始 番号札を受け取ります
- ④レッスン開始5分前よりAスタジオ入場が可能です
- ⑤担当インストラクターに番号札を渡してレッスン開始となります

新宿スポーツセンター TEL 03-3232-0171