

第2回

2022年カラダ改革

1日30分でカラダを変える！

集中脚痩せ 7 Days

【オンラインコース】

5月14日(土)~20日(金)

7日間連続・各日21:00~21:30

(水曜のみ21:30~22:00)

自分の脚や身体と向き合う企画第2弾！

1日30分で結果を出す短期集中コース

毎日スタジオに行くのは大変でも自宅なら気楽にできる♪

- ✓脚だけ痩せない
- ✓運動するたび腿が太くなる
- ✓美脚のためにランニングや階段を使う努力をしたことがある
- ✓冷え性、むくみが気になる
- ✓今夏に向けてカラダを変える！意気込みある方
- ✓前回予定が合わず断念した方
- ✓今回を機にオンラインを試したい方 etc.

脚や下半身のフォームが変わってゆく感動体験！

美脚にはコツと秘策あり！一緒に目標の身体を目指しましょう

性別、年齢、経験、会員・非会員問いません



みさと

未聡

### 参加申し込み要綱

#### ●予約方法

- ・ご予約は予約システムから、または店頭にて開催初日の15時まで承ります

#### ●必要なもの

- ・バランスボール(65cm以上推奨) - スタジオで無料貸出できます。事前に申し出ください
- ・Zoomを使用できる環境

#### ●受講料

atama会員様 初参加 ¥14,000 リテイク(再受講) ¥7,000  
一般の皆様 初参加 ¥28,000 リテイク(再受講) ¥14,000

※すべて税込

お支払は店頭にて、または銀行振込で承ります

支払期日は、店頭の場合当日15時迄、振込の場合は前日17時迄

#### ●キャンセルについて

- ・前日(13日)まではキャンセル料不要です。当日以降はいかなる理由でもキャンセル料(受講料)必要です

#### ●その他

- ・期間中、都合の悪い日は欠席できます。録画をお送りしますのでアーカイブで受講ください

