

# レスミルスプログラム特集

1回 (2時間) **690円** 連続2クラス参加も690円

\*レスミルスプログラムとは…

減量・健康・ストレス解消など、どなた様もご参加頂ける世界標準のスタジオレッスンプログラムです。

## ポティパンフ

コンパクトなバーベルと楽しい音楽のエクササイズ。短時間で体の引締め効果が期待できます。

水曜日 : 20:00~21:00

木曜日 : 21:00~21:30

日曜日 : 18:00~18:45



## ポティヒーリング

ヨガ・太極拳・ピラティスなどを組み合わせて体幹・バランス・柔軟性を鍛えていきます。

月曜日 : 21:15~22:15

木曜日 : 11:45~12:30



## ポティコンバット

大人気プログラム。キックボクシング、テコンドー、カラテ、ムエタイ、ボクシングなどの動作を音楽に合わせて踊ります。脂肪もストレスもノックアウト!

月曜日 : 20:00~21:00

水曜日 : 21:15~21:45

木曜日 : 21:45~22:30

日曜日 : 19:00~19:45

ワンコイン体験会実施中!

1回

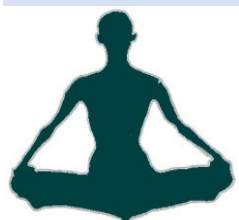
500

円

要予約。お問い合わせはこちら



佐賀県総合運動場内水泳場  
0952-32-3473



お得な回数券販売中! 10回券 **¥6,300**