

ジエクスサー四谷で今年を締めくくることができるしかない



ムキムキマッチョ、間違いない

12月29日(日) 14:20~15:05

## 年越しマッスル

町田・大石・福島・今泉

(ご予約はスタジオ予約へお進みください)

2024年ヒットリングに合わせて約5分間、

プレートやステップ台を使用しながらHITトレーニング

W-UP ⇒ 5分間×5個メニューHIT ⇒ クールダウン

定員22名