

トレーニング室でもやります！



3周年特別企画

『みんなで挙げよう

ベンチプレス

365日×3年分』



つまり1095回♡

日時：2022.12.17（土）営業時間内

対象：トレーニング室をご利用いただける
高校生以上の方

申込：なし（トレーナーに申告）

料金：無料（トレーニング室をご利用中にご参加ください）



ルール説明

男性40キロ

女性20キロ

- ・通常利用時間の20分間で行っていただきます。
- ・4チャレンジは2回（2回の総数を記録します。）
- ・フルレンジであることがカウントの条件です。
- ・トレーナーがカウントします！お申し付けください☆

なぞに賞状をご用意しております♡

この機会にベンチプレスに

チャレンジしてみませんか★

挑戦者求む！！

