

自分を**LESMILLSBODYCOMBAT** **NEW PROGRAM**

# 超えて行け

2026.8月よりレッスンをSTART!



## その一歩があなたの健康につながる

やったことがないから…。出来るのか不安だから…。

留まっても何も変わらない。誰もがゼロからのスタート。

始めたからこそ感じるもの。続けたからこそ変わるものがそこにはあります。

一人じゃない! 参加者全員で楽しみ、乗り越えてカラダを変えよう!

8/6(木)

体験  
無料

### 新規開催! フィットネス教室 参加者募集中!

レズミルズ ボディコンバット

毎週木曜日 20:30~21:15 (45分クラス)

場所:北広島市総合体育館 月謝:4,000円 単発1,200円

TEL:011-372-0808

担当:早坂



自分を **LESMILLS**  
**BODYCOMBAT**

**NEW PROGRAM**

# 超えて行け

2026.8月よりレッスンをSTART!



## その一歩があなたの健康につながる

やったことがないから…。出来るのか不安だから…。

留まっても何も変わらない。誰もがゼロからのスタート。

始めたからこそ感じるもの。続けたからこそ変わるものがそこにはあります。

一人じゃない! 参加者全員で楽しみ、乗り越えてカラダを変えよう!

8/6(木)

体験  
無料

**新規開催! フィットネス教室 参加者募集中!**

**レズミルズ ボディコンバット**

毎週木曜日 20:30~21:15 (45分クラス)

場所:北広島市総合体育館 月謝:4,000円 単発1,200円

TEL:011-372-0808

プログラム  
参考動画

