

# 24Hバーチャルレッスン BODY COMBAT 30 WARMバージョン

脂肪燃焼  
効果抜群!!

キックやパンチを繰り返しながら  
脂肪燃焼を目的としたエクササイズ  
です！スタジオ内が暖かいので  
短時間で汗をかくことができます！

予約  
不要

中履きが必要となります。詳しくはプログラムスケジュールをご確認ください