



**NEW**

**RUN. JUMP.**  
**PLYOMETRICS.**  
**QUICKNESS.**  
**HEART POUNDING.**  
**SWEAT POURING.**

10月より新規導入!

フレイベント

9月18日(日)

TAKA x KANA

9月25日(日)

KANA

**時間: 18日 10:30~11:20**  
**25日 13:00~13:50**

**場所: みなみYMCA(スタジオ1)**

**定員: 20名**

**会員種別関係なくご参加できます。要予約**  
**BLASTのみご利用可能。(ジム・プール不可)**  
**みなみYMCA TEL096-378-9370**

