



5/19 sun

皆さまの健康の  
ぶらすあるふぁに



Studioぶらすあるふぁは皆さまのおかげで、  
3歳のお誕生日を迎えます。  
皆さまに感謝の気持ちを込めて  
イベントを開催いたします。  
どうぞお楽しみください。

10:15~11:30  
Sintex®Tone&Reborn JUNKO&NAO

11:45~12:45  
ZUMBA® JUNKO&NAO

13:10~13:55  
女性のためのバランスボールと有酸素運動  
中村美帆

※バランスボールをご持参ください。

14:15~14:45  
LES MILLS  
**BODYCOMBAT**

※初めての方でも大丈夫♪

大崎まや

15:00~15:45  
LES MILLS  
**BODYATTACK**

大崎まや

- ▶日時 5月19日(日)
- ▶会場 高知市役知町9-17 BONVOYAGE201  
Studioぶらすあるふぁ
- ▶参加費 ¥1500(税込)  
\*複数プログラム参加でも¥1500(税込)となります。
- ▶申込方法  
各先生方、またはHPや公式ライン、インスタグラムからでもご予約いただけます。  
※4月10日(水)~申込開始
- ▶定員 各クラス30名 ▶参加申し込みは 5月18日(土)迄  
※定員になり次第締め切とさせていただきます。
- ▶駐車場 ¥200 ※7, 8, 10, 11, 12, 13をご利用ください。  
満車の際は近隣パーキングまたは、乗り合わせにご協力をお願いいたします。

Studioぶらすあるふぁの  
大崎まやです。

スタジオを継続できるのは  
先生方や参加者の皆様のおかげです。  
ありがとうございます。

今回  
初めて周年祭を開催させていただきます。

ぜひ、たくさんの方に  
お越しいただきたいです。  
よろしくお願いいたします。

