

登る前に
**CONDITIONING
CARE STRETCHING**
コンディショニング
ケア・ストレッチ
登った後に

肘・肩・腰の痛み。違和感のある方に!

カラダが固く、可動域を高めたい方に!

ウォーミングアップ、パフォーマンスUPに!

60分…6,000円+税

担当トレーナー／**安藤**

受付時間：月曜日 15：30～22：30（※平日のみ）



B-pump Tokyo

2020.12