

暗闇・音楽・光の演出

# 暗闇エクササイズ

**5月22日(水)START!**

- ・周りを気にせず動きたい方
- ・ストレス発散したい方
- ・非日常空間を感じたい方

▶ **オススメ!!**

非日常空間の中で、ストレス発散や通常のレッスン以上に集中してエクササイズに取り組んで頂ける新感覚のプログラムです。ミラーボール・ヘッドビームエフェクトなどの光の演出・音楽・インストラクターが参加者を盛り上げます!

## 暗闇エクササイズ導入 プログラム 2019.5

水曜日

21:15~22:00  
KIMAX45

木曜日

20:05~20:50  
ハードトレーニング45

金曜日

19:00~19:45  
KIMAX45

