

東京エキマチ TOKYO EKIMACHI SPORTS スポーツ

MOMCHANG

momチャンフィットネス WAIST [ウエスト]

FITNESS

at TOKYO STATION

アップテンポな音楽に合わせて、
ピンポイントに脇腹、
ウエストを刺激します。

お腹周りを引き締めたい、くびれを作りたい！
でも、キツイ腹筋は苦手…という方にオススメです。

9.17 定員 50名 TUE
20:00—21:00



momチャンフィットネス
マスタートレーナー
森村 康代

日本でmomチャンフィットネスを広めるべく単身で渡韓し、プログラム考案者 チョングヨンより直接指導を受け、日本人での初のマスタートレーナーライセンスを取得する。現在はインストラクターの育成、プログラム普及の為に日本各地で精力的に活動している。



会場 **東京駅八重洲口**
グランルーフ 2Fデッキ

開始時間までに会場へお越しください。

参加費 **1,000円(税込)**

※お申込み時にお支払いください。
(お電話でお申込みの場合は前日までのお支払いとなります)
※お客様都合によるキャンセルの返金は致しかねます。

**参加者全員にミネラルウォーターと
ウェットタオルをプレゼント!**

服装・持ち物

運動ができる服装、動きやすい服装。(収縮性があり、速乾性があるものがおすすめです)シューズ(スニーカー等動きやすいもの)・タオルもご用意ください。

申込方法

事前にTHE JEXER TOKYO Annex(鉄鋼ビルディング南館5F)へお電話又はご来店のうえお申込みください。開催前日まで受け付けておりますが、定員に達し次第受付を終了いたします。参加費お支払い後申込完了となります。詳しくは下記ご連絡先までお問い合わせください。

申込先

THE JEXER TOKYO Annex TEL:03-6206-3123

その他

雨天中止。中止の場合は、開催当日の17時迄に東京駅Facebook(<https://www.facebook.com/TheTokyoStation>)でお知らせします。中止の場合の返金方法につきましては併せて掲載いたします。



鉄鋼ビルディング南館 5F
THE JEXER TOKYO Annex

東京ステーションシティ 検索

主催 東京ステーションシティ運営協議会
(運営:JR東日本スポーツ(株))
企画協力: (株)鉄道会館



Tokyo Station City

START with YOU

東京 TOKYO STATION CITY