

**NEW**

**世界中で大人気の  
ステップエクササイズ  
いよいよ新登場!**



**Group Blast (グループブラスト)**



GROUP

**BLAST**<sup>®</sup>

**3/19  
開催**

最新曲から70年代まで幅広い年代からチョイスされたノリの良い音楽に合わせて、ステップ台を使ってシンプルな動作をします。シェイプアップやストレス発散はもちろん体力を付けたい方におススメ。振り付けのあるプログラムが苦手な方、GroupBlastなら楽しめます!

**体験レッスン開催!!**

3月19日(日)14:00~14:15 テクニカル  
14:15~15:00 グループブラスト45  
2FサNSTAジオ 定員20名 担当:矢野・宮田



矢野 ゆかり



宮田 藍