

# Morning Routine

朝に体を動かして、スッキリとした1日をスタートしましょう



## 少人数でのグループエクササイズ

1人ではなかなかでは始められない方や  
継続できない方におすすめ！  
友達同士や家族での参加も大歓迎

場 所: PEP Osaka  
参 加 費: 3,000円  
持 ち 物: 運動できる服装・シューズ  
定 員: 3名(最少2名)  
ご予約はPEPスタッフまで

## 毎週金曜日

1/17

1/31

10時 スタート  
(約40分間の運動)

パーソナルトレーニングジム PEP Osaka  
大阪府岸和田市別所町3-10-10 1F



TEL:072-423-8460 MAIL:peposaka@gmail.com