

6月

GRIT

RELEASE - 24

CHANGE YOUR GAME



LES MILLS
GRIT



梅雨のジメジメって嫌ですよ〜
そんな時はGRITでサッパリ☆
梅雨が終われば夏が来る!!!!
夏の準備は早ければ早いほど良い!!

yuka OKU

Friday

- 6/7 OKU Athletic
- 6/14 yuka Cardio
- 6/21 OKU Athletic
- 6/28 yuka Strength

Sunday

- 6/2 yuka Cardio
- 6/9 yuka Strength
- 6/16 yuka Athletic
- 6/23 yuka Cardio
- 6/30 yuka Strength