

1DAYレッスン(10月～12月)

健康エクササイズ

持久力、筋力、柔軟性の向上を目指して音楽に合わせて
簡単なリズム体操やストレッチを行います。



担当：吉村 IR

場所 奥戸総合スポーツセンター 温水プール館 第1スタジオ

時間 火曜日 10:00～10:45

対象・定員 高校生相当以上 10名

参加費 850円(税込) / 1回 [773円(税別) 77円(税率10%)]

開催日	10月	11月	12月
	8日・15日・22日・29日	5日・12日・19日・26日	3日・10日・17日・24日

お問合せ 03-3695-9911

注意事項

- ・お電話または受付にてお申込みください。参加費は当日支払いとなります。
- ・キャンセルの場合は、前日までに当施設までご連絡ください。
- ・当日37.0℃以上の発熱がある方など体調不良の方はご参加いただけません。
- ・当日の入場開始時間は、レッスン開始10分前からとなります。
- ・予め、レッスンに参加できる服装でお越しください。

※画像はイメージです

