

無料

サブアリーナ床 リニューアル特別レッスン

皆様のご理解ご協力を経てサブアリーナの改修工事が終了しました。
新しくなった床を競技者の方だけではなく多くの方にご利用いただきたく、
日頃の感謝の気持ちを込め**無料にて特別レッスン**を行う事になりました。
新品の床の上で気持ちよく身体を動かしませんか？
天井も高く開放感も抜群！心も身体もリラックスできること間違いなし！
日程や内容などの詳細は下記をご確認ください！！

10月14日水曜日

第1部

10:00～10:30

浅沼インストラクター

定員40名

第2部

10:45～11:15

丸山インストラクター

定員40名

※翌日15日より卓球、バドミントンの個人利用開放となります。

**運動経験が少ない方
初心者も大歓迎**

改修工事後の床



1部2部で内容の異なったレッスンを行いますのでどちらもご参加ください！
1部はストレッチメインのプログラム2部は肩こり・腰痛予防などケアを行います。
マットの都合上定員は40名とさせていただきます。
どちらも死力を尽くしたプログラムとなっています。

ご予約は10月1日(木)9:00～とさせていただきます。

電話番号 ☎04-7137-9030 ・ 04-7187-1155