

バレトン教室

毎週金曜日

13:00~14:00

フィットネス・バレエ・ヨガの3つの要素を取り入れたプログラムです。
身体を引き締めたい方や歪みを改善したい方にピッタリ！
代謝のアップやバランス能力の向上、柔軟性のアップが期待できます。

- 場所 体育館内 サブアリーナ
定員 20名(感染拡大予防のため縮小)
参加費 1回/500円(お得な回数券あり)
持ち物 飲み物、タオル
日程 毎週金曜日(祝日除く)
申し込み 12月1日(火) 9:00スタート
☎04-7187-1155・04-7137-9030



皆様のご予約お待ちしております！！！！