

2/11(土・祝)たっぴいレッススイベント

①たっぴい脂肪燃焼プログラム

【時間】9:15~10:15(60分)

【対象】高校生相当以上の方

【場所】1F スポーツルーム

【料金】¥600(税込・現金のみ)

【定員】50名

【担当】豊田 洋子

※室内用シューズが必要です。

②たっぴいヨガ

【時間】10:30~11:30(60分)

【対象】高校生相当以上の方

【場所】1F スポーツルーム

【料金】¥600(税込・現金のみ)

【定員】50名

【担当】大澤 梓

※室内用シューズは不要です

③たっぴいキックシェイプZ

【時間】19:00~20:00(60分)

【対象】高校生相当以上の方

【場所】1F スポーツルーム

【料金】¥600(税込・現金のみ)

【定員】50名

【担当】笠原 敏晴

※室内用シューズが必要です。

参加受付は、当日1Fスポーツルームにて
教室開始30分前から整理券を配布いたします。
お支払いは現金でお願いします。

江戸川区スポーツセンター

2月11日(土・祝)無料ショートレッスンイベント

高校生以上対象レッスン

NO.	教室名	時間	場所	定員	受講料
1	お腹引き締めショートレッスン	14:00～14:20(20分)	スポーツルーム	10名	無料

2	脚・お尻引き締めショートレッスン	14:30～14:50(20分)	スポーツルーム	10名	無料
---	------------------	------------------	---------	-----	----



【参加方法】

当日1F スポーツルームにてレッスン開始20分前から先着順にて受付いたします。

※持ち物: 室内用シューズ、飲み物、タオルをご持参ください。

江戸川区スポーツセンター