



年末スペシャルプログラム♪

講師 KAORI

(土曜ダンス担当)

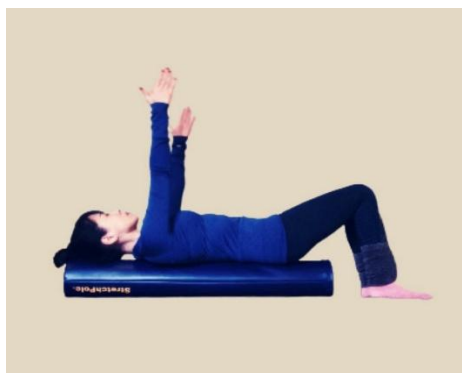
ポールでボディケア ストレッチ & ピラティス



12月21日・28日(日) 2日間

11:40～12:40

ストレッチポール、筋膜リリース、ピラティスなどなど話題の
エクササイズがもいたくさん★カラダをしっかり整えて新年
を迎えましょう!!



【場所】 1Fスポーツルーム

【料金】 600円 ※当日券売機イベントチケット

【対象】 高校生相当以上

【定員】 20名まで/1回

【お申込】

12月14日(日)10:00～ お電話にて先着順

※1度のお電話で2回分お申込みOKです!

江戸川区スポーツセンター 03-3675-3811