短期教室 受講生募集





美ューティーBodyWave®

(開催時間 19:00~19:45)

正しい骨格を意識しながら体幹の筋肉を整えましょう

美しく…そしてキレイに…

金曜バレトン45

(開催時間 20:00~20:45)

フィットネス、バレエ、ヨガの動きで筋力と 柔軟性を養い、身体の筋肉を整えるエクササイズ

開催日2/5

 $1/8 \cdot 15 \cdot 22 \cdot 29$

金曜日 各全5回

受 講

料 各2,700円

場

東部体育館 多目的室

対

18歳以上の女性

定

員 各12人

※新型コロナウィルス感染防止のため人数変更しました

持ち物

タオル 飲み物

運動のできる服装

※ヨガマット、シューズは必要ありません

講 師 MANAMI

(美ユーティーBodyWave®・ バレトンインストラクター)

受付開始日時 受付開始時刻に定員を超えた場合はその場で抽選となります (抽選は1人1名分・代理申込みの方は18歳以上に限ります)

12月11日(金) 午前10:30~申込順

・東部体育館 事務所窓口のみで受付します・定員になり次第受付終了します

問い合わせ:東部体育館 054-264-8485

