

# 秋分の日 スタジオレッスン



9月22日(木・祝)

のご案内



9:15~10:15

ステップ&サーキット

担当

佐藤

定員

30名

10:30~11:30

エアロ 初・中級

担当

佐藤

定員

40名

12:00~13:00

コアエクササイズ 

担当

知念

定員

50名

13:15~14:30


ヒーリングヨガ 

担当

akiko

定員

50名

- 教室30分前より、整理券をお配りします。  は、シューズの必要がありません。
  - 祝日のため、上記以外の教室はお休みになります。 (一般公開 利用料金) 高校生以上 210円
- 江戸川区総合体育館 指定管理者：ミスノ・スターツ共同事業体 TEL 3653-7441