



成人の日 スタジオレッスン



1月13日(月・祝)

のご案内

9:30~10:30

ストレッチ&ソフトリズム



担当

水橋

定員

45名

10:45~12:00

青竹ビクス



担当

澤頭

定員

35名

12:15~13:15

やさしいエアロ&トレーニング

担当

澤頭

定員

40名

13:45~14:45

☆認知症対策教室☆

LA・LA・LA体操



担当

数崎

定員

30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