

# スポーツの日 スタジオレッスン

7月23日(金・祝)

のご案内



9:30~10:20

7/15~  
WEB限定申込

エアロ初級

担当

中野

定員

20名

10:45~11:35

7/15~  
WEB限定申込

ステップ&ストレッチ

担当

中野

定員

20名

12:15~13:15

バレエシューズもしくは  
靴下をお持ちください

ストレッチバレエエクササイズ

担当

嶋岡

定員

25名

13:45~14:35

はじめてのフラ

担当

籠倉

定員

25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
- エアロ初級・ステップ&ストレッチは7月15日(木) 10時からWEB申込となります。申込詳細は当館ホームページをご確認ください

江戸川区総合体育館

指定管理者：ミスノ・スタートグループ

TEL 3653-7441