




成人の日 スタジオレッスン

1月10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 40名
10:45~12:00 スローエアロビック&ストレッチ	担当 栗原	定員 30名
12:15~13:15 エアロ&シェイプ	担当 磯辺	定員 30名
13:45~14:45 肩こり腰痛予防体操 	担当 磯辺	定員 45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・スターツグループ

TEL 3653-7441