



成人の日スタジオレッスン



1月11日(月・祝)

のご案内

9:30~10:20	担当	定員
ストレッチ&ソフトリズム 	水橋	40名
10:45~11:50	担当	定員
脳トレ& バランスコーディネーション 	栗原	25名
12:15~13:05	担当	定員
エアロ&シェイプ	磯辺	20名
13:45~14:35	担当	定員
肩こり腰痛予防体操 	磯辺	40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