

♪ みんなの体育館イベント ♪

おためしバイキング

10月13日(月・祝)



当日限定のイベントです。



【参加費】・参加し放題1,200円・1レッスン券700円

時間	場所	第二体育室	定員
9:30~10:20		懐メロエアロ (穴澤)	40名
10:40~11:30		ディスコエアロ (飯田)	40名
11:50~12:40		姿勢改善コンディショニング (蛸谷)	40名
13:00~13:50		バランスコーディネーション (吉田)	40名
14:10~15:00		ZUMBA (吉田)	40名

【参加方法】

- 9月4日(木) 午前9時から先着順に受付をします。
- 総合体育館窓口又は、電話にてお申込みください。
- 参加費は当日総合体育館窓口にてお支払ください。
- 定員に空きがあるレッスンは、当日朝9時から定員までの整理券を配布します。



※18歳以上の医師から運動を制限されていない健康な方が対象です。
※開始から10分以上経過したレッスンへの途中参加はご遠慮ください。

お問い合わせ: 武蔵村山市総合体育館 042-520-0082