

《 追加募集教室 》

教室名	曜日	時間	募集人数
シェイプアップエアロ I (15才～59才)	木	10:00～11:15	若干名
筋トレ・で・スリム (15才～59才)	木	14:30～15:45	若干名
健康マット体操 (60才～)	月	14:00～15:00	若干名
足腰元気体操 (60才～)	金	14:00～15:15	若干名
リフレッシュヨガ90分 (15才～)	火	9:30～11:00	若干名
かんたんヨガ (15才～)	火	11:30～12:30	若干名
優雅なフラダンス (15才～)	木	9:45～10:45	若干名

申込み方法 6/16 (土) 9:30～ ※先着順

電話 03-5763-1311 または

大森スポーツセンターへ直接ご来館ください