

祝日プログラム

3月21日(火) 春分の日

【リズムエクササイズ室】(受付:トレーニング室)

時間	プログラム	担当
10:45~11:30	ボディバランス	中西
12:00~12:45	踏み台シェイプ	黒川
13:15~14:15	ボディパンプ	伊藤
14:45~15:30	ボディコンバット45	伊藤
19:30~20:15	ズンバ	bow

※ボディパンプは500円チケット限定プログラムです

ワンコインレッスンにご参加される皆様へ

- ・クラスの受付は30分前から行います。(先着順となります)
- ・1階に設置している券売機にて、参加料(500円)を支払いましたら、チケットを受付場所にご提示ください。
- ・チケットもしくは回数券で受付が完了いたしましたら、入場札をお渡しします。
- ・インストラクターが入場案内をいたします。(プログラム開始10~15分前)入場札の番号順に、お入りください。
- ・備品等の使用前、使用後の除菌のご協力をお願いいたします。

船橋アリーナ