

祝日プログラム

9月22日(日・祝) 秋分の日

【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	定員	担当
11:15~12:00	ズンバ	35	片野
12:30~13:15	ストロングネーション	30	片野
13:45~14:15	ボディコンバット30	35	市原

★ボディコンバット30★

30分レッスンのため無料でご参加できます。

ワンコインレッスンに参加される皆様へ

- ・レッスンの受付は30分前から行います。(先着順)
- ・1階券売機にて参加料(500円)を購入し、受付時にお渡してください。
(参加番号札をお渡しします。)
- ・チケットもしくは回数券で受付が完了しましたら、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)
入場番号順にお入りください。
- ・備品等の使用前、使用後の除菌にご協力をお願いいたします。