

動画を見ながら楽しく運動♪

8月 July

1回参加型レッスン

日付	教室名	内容
8/6	ボディシェイプ 上半身編	自重トレーニングで上半身の 大きな筋肉を動かします。
8/13	大会のため休講	
8/20		
8/27		



- ◆申込 当日、総合受付にて直接申込
- ◆時間 14:00～14:30
- ◆料金 550円(税込)
- ◆場所 研修室
- ◆定員 各教室30名

お気軽にお問合せ下さい!!
取手グリーンスポーツセンター
TEL: 0297-78-9090