

動画を見ながら楽しく運動♪

11月

1回参加型レッスン

日付	教室名	内容
11/5	大会のため休講	
11/12		
11/19	下半身トレーニング	数種目・下半身の大きな筋肉のエクササイズ！
11/26	大会のため休講	



- ◆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
♪