

8/11(祝・木) 特別スポーツ教室のご案内

8:00	8:00-9:00 ボディパンプ 担当三上・加藤 定員14	8:00
9:00		9:00
	9:30-10:30 ボディコンバット	
10:00	担当三上 定員12	10:00
11:00	11:00-12:00 ボディバランス 担当上野・張 定員10	11:00
12:00		12:00
}		}
16:00	16:00-17:00 ボディパンプ 担当井ノ口 定員12	16:00
17:00		17:00
	17:30-18:45 ボディコンバット	
18:00	45+30 担当井ノ口 定員12	18:00

- 料金 : 各教室:1回800円
- 会場 : 1階多目的室
- 申込方法 : **8/4(木)19:00より全教室予約開始**
トレーニングルームカウンターにて承ります(電話予約可)
※申込みは、ご本人様・ご家族様分まで可)
- 入場方法 : 当日教室開始前にご整列いただいた順に入場といたします
※着替えを済ませた状態でご整列ください
- その他 : やむを得ない事情により急遽、休講させていただく場合がございます
その際は、館内掲示板、ホームページにてお知らせいたします

各教室紹介・初めて参加の皆様へ・休講状況
QRコードからご確認ください



中央区立
総合スポーツセンター

TEL03-3666-1501