



# 勤労感謝の日 **スタジオレッスン**

**11月23日(月・祝)**

のご案内

**9:30~10:20**

**ストレッチ&ソフトリズム**



担当

**水橋**

定員

**40名**

**10:45~11:35** **ミス/オリジナル**

**健康筋トレ&ストレッチ**



担当

**鈴木**

定員

**14名**

**12:15~13:05**

**エアロ&シェイプ**

担当

**磯辺**

定員

**20名**

**13:45~14:35**

**肩こり腰痛予防体操**



担当

**磯辺**

定員

**40名**

●教室30分前より、整理券をお配りします。  は、シューズの必要がありません。

●祝日のため、上記以外の教室はお休みになります。 【一般公開 利用料金】 高校生以上 210円

江戸川区総合体育館

指定管理者：ミス/・スターツ共同事業体

TEL 3653-7441