

寒い冬は運動で乗り越えよう♪

冬のコース教室

『会場』エイトアリーナ



ボクサシェイプ



【日程】水曜日
1/21.28.2/4.18.25.3/4.11.18
【時間】19:00~20:00
【料金】4,800円（全8回）
【担当】SHIZUKA
【強度】☆☆

スリムシェイプエアロ



【日程】金曜日
1/16.23.30.2/6.13.27.3/6.13
【時間】10:45~11:45
【料金】4,800円（全8回）
【担当】千田 咲子
【強度】☆☆

リラックスヨガ



【日程】金曜日
1/16.23.30.2/6.13.27.3/6.13
【時間】9:30~10:30
【料金】4,800円（全8回）
【担当】川崎 智佳子
【強度】☆

ピラティス



【日程】火曜日
1/20.27.2/3.10.17.3/10.17.24
【時間】9:30~10:30
【料金】4,800円（全8回）
【担当】羽田 砂緒里
【強度】☆

ナイトピラティス



【日程】木曜日
1/15.22.29.2/5.19.26.3/5.12
【時間】19:00~20:00
【料金】4,800円（全8回）
【担当】川崎 智佳子
【強度】☆

☆お問合せ・お申込み先☆

《住所》
八潮市鶴ヶ曽根1535-1
エイトアリーナ
(鶴ヶ曽根体育館)

《受付窓口》
9:00 ~ 17:00
毎月第2・4月曜日は休館日
《TEL》
048-999-7011

