

# シェイプアップ体操教室

今回より和室で開催！

お家ができる簡単な体操や体幹トレーニングをします。アットホームな教室なので初心者大歓迎です。

日 程：1/7・14・21・28、2/4・18・25  
3/4・11・18（全10回）

時 間：10時30分～11時30分

曜 日：水曜日

料 金：1回 800円

定 員：8名

場 所：和室1

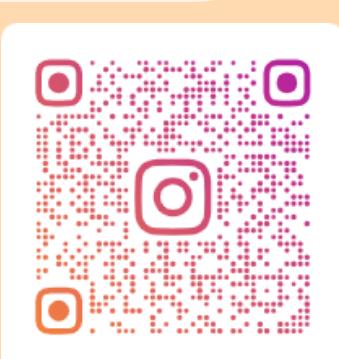
持ち物：動きやすい服装・蓋つきの飲み物・タオル



## 【申込み方法】

- ・受付は当日先着順にて受付します。定員になり次第受付終了します。
- ・受講料は当日支払いになります。
- ・一度入金いただいた、受講料は返金いたしかねます。ご了承ください。
- ・当日は教室開始30分前から受付開始になります。
- ・ご参加希望の方は事務室窓口で用紙を受取り、記入と券売機で参加券の購入をお願い致します。受付を済ませてからスタジオにお入りください。
- ・1度用紙を記入しますとカードが発行されます。2回目以降はカードの提示で用紙記入が不要になります。お忘れにならないようご注意ください。
- ・今回より事前申込みが無くなりました。あくまでも先着順となります。あらかじめご了承ください。
- ・当日の電話で予約、申込みはできません。

柳泉園グランドパーク  
〒203-0043 東京都東久留米市下里4-3-10  
☎ 042-473-3121  
※ご不明な点は、1階事務室までお問い合わせください。



HP / LINE / Instagram アカウントは