

★健康体操★

リトミックを取り入れた
指の運動や脳トレや

腹式呼吸を意識してマットで
ストレッチ&トレーニングを
たのしもう★



【教室詳細】

日程	4/21、6/9・23、7/7（全4回）
曜日	火曜日
時間	14：30～15：30
料金	1回 800円
場所	和室1
持ち物	動きやすい服装・蓋つきの飲み物

定員8名

【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。
- 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。



RYUSENEN.GRANDPARK

👉HP / LINE / Instagramアカウントは👉