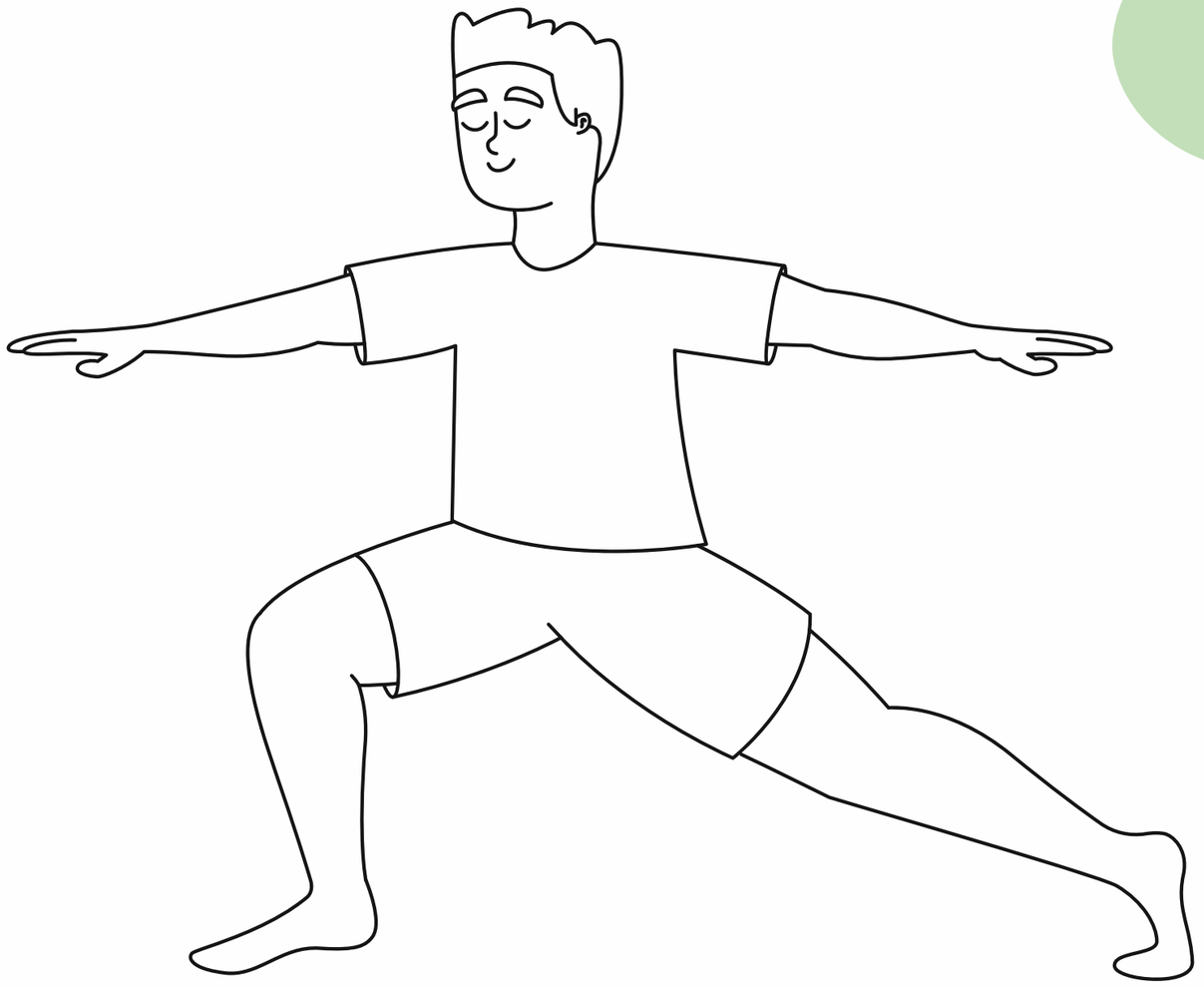
健康体操

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　　9/15・29、10/20・27、11/10・11/24
　　12/8・22（全8回）

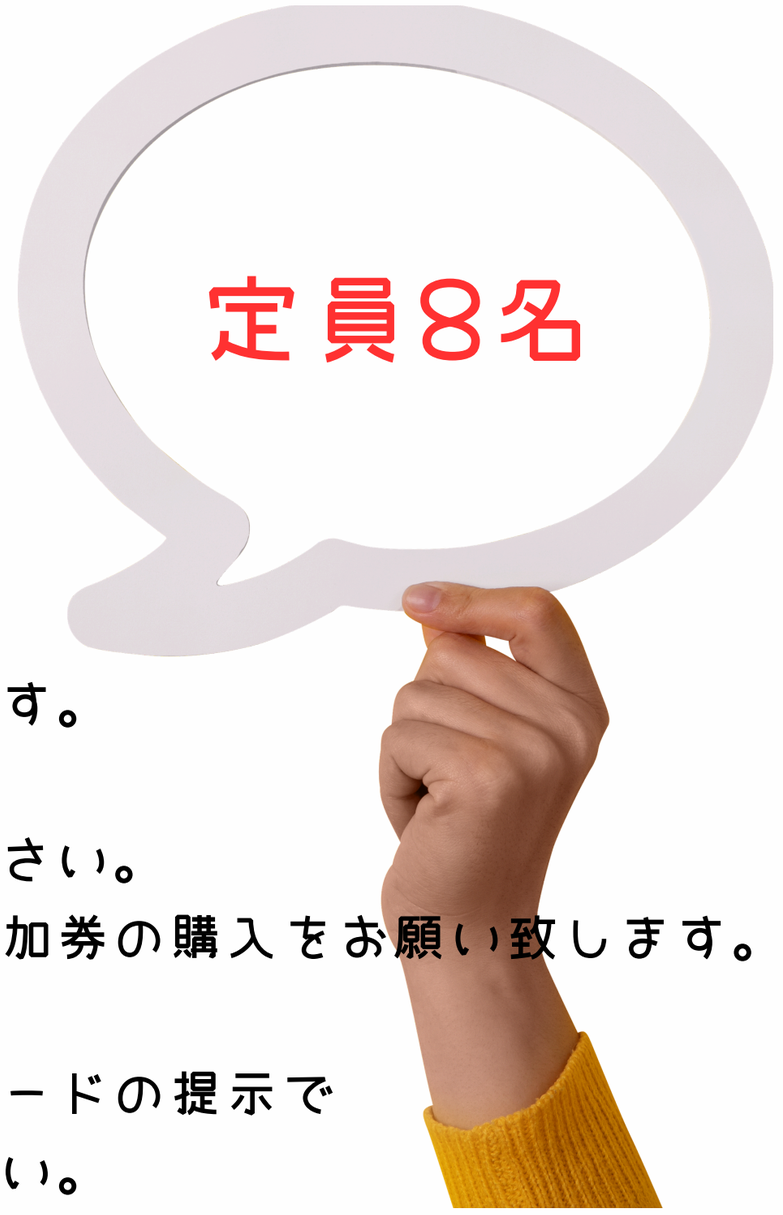
曜日　　火曜日

時間　　13：30～14：30

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



【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👆