

9/20(月・祝)一般(高校生相当以上)対象特別プログラム

■ ZUMBA ■

【時間】 10:00~11:00(60分)

【場所】 1F スポーツルーム

【料金】 ¥600(税込・現金のみ)

【定員】 30名

【担当】 DAN DAN



■ エアロビクス初級 ■

【時間】 18:00~19:00(60分)

【場所】 1F スポーツルーム

【料金】 ¥600(税込・現金のみ)

【定員】 30名

【担当】 高木 優子

参加申込みは、当日1Fスポーツルームにて教室開始30分前から行います。室内用シューズをご持参ください。

江戸川区スポーツセンター

9/23 (木・祝) 一般 (高校生相当以上) 対象特別プログラム



◆◆脂肪燃焼プログラム◆◆

【時間】 10:00~11:00(60分)

【場所】 1F スポーツルーム

【料金】 ￥600(税込・現金のみ)

【定員】 30名

【担当】 竹澤 美和

※ 室内用シューズが必要です。

◆◆ヨガ◆◆

【時間】 18:00~19:00(60分)

【場所】 1F スポーツルーム

【料金】 ￥600(税込・現金のみ)

【定員】 30名

【担当】 新島 美香



参加申込みは、当日1Fスポーツルームにて教室開始30分前から行います。

江戸川区スポーツセンター