

小山市立体育館スタジオプログラム受け放題イベント

12/18・25(月)

- ・ウェープリングストレッチヨガ 10:00~10:50
- ・エアロ&ボールエクササイズ 11:00~11:50

12/5・12・19(火)

- ・やさしいヨガ11:00~11:50(12/5・12/12)
- ・K-POPカバーダンス 18:50~19:40
(12/12・12/19)

12/6・13・20(水)

- ・からだほぐすストレッチ 11:00~11:50
- ・J-POPダンス 13:00~13:50
- ・ピラティス 19:00~19:50

12/7・14・21(木)

- ・リフレッシュヨガ 11:00~11:50
- ・バレトン 13:00~13:50
- ・筋膜リリース 14:00~14:50

12/8・15・22(金)

- ・ズンバ 10:00~10:50
- ・ゆったりヨガ 19:00~19:50

12/2・16・1/6(土)

- ・骨盤調整ヨガ 10:00~10:50
- ・温活ヨガ 11:00~11:50

「何クラス」
受けてもOK!!!

受講料 1人2,000円(税込)

定員 各15名

11月29日(水)

10:00より受付開始

※11/29は、お電話のみの
受付となります

■申込・問合せ

小山市立体育館

TEL 0285-28-1250