

スタジオ教室体験会 のご案内

下記の日程で体験会を開催させていただきます。参加ご希望の方はフロントでお申し込みください。

教 室……………ボールエクササイズ

担当講師…入江コーチ

教室内容…バランスボールを使用して身体の
バランスを整えるエクササイズです。

定 員……………各日10名

体験料……………1回500円（税込）

体験日……………11月17日・11月24日の2回

時 間……………18:40～19:40

持ち物……………室内シューズ・動きやすい服装
水分補給用のドリンク

※トレーニングルーム施設利用はかかります。

下福島プール

