

第3体育室
日曜日特別レッスン



12月13日(日)

9:00

ヨーガ
9:30-10:30
MIKA
※800円(税込)



10:00

ダイエットエアロ
10:45-11:30
MIKA

11:00



メガダンス
11:45-12:30
榎本

12:00

12月20日(日)

9:00

初級エアロ
9:30-10:15
MIKA

10:00



初級ステップ
10:30-11:15
MIKA

11:00

ZUMBA
11:30-12:15
木村

12:00

◆参加費:45分クラス600円(税込)
60分クラス800円(税込)

◆ナイトパスをお持ちの方は無料
でご参加いただけます



横浜市青葉スポーツセンター