

# 6月

# スタジオイベント開催♪



～気になるレッスン参加してみませんか？～

※1回完結のレッスンです

番号	日付	レッスン名	時間	場所	定員	対象	受講料 (税込)	担当者
①	6月18日 (火)	気功	9:30- 10:30	1階	15名	18歳～	600円	落合郁子
②		はじめての太極拳	10:45- 11:45	1階	15名	18歳～	600円	落合郁子
③		太極拳24式	12:00- 13:00	2階	20名	18歳～	600円	落合郁子
④		ボディシェイプ ボクシング	19:30- 20:30	2階	20名	15歳～	1,000円	伊藤まり子
⑤	6月19日 (水)	やさしい筋トレ &ストレッチ	9:30- 10:30	1階	15名	18歳～	1,000円	伊藤まり子
⑥		シニアのための 体幹トレーニング	12:00- 13:00	1階	15名	50歳～	1,000円	伊藤まり子
⑦		女性のための コアエクササイズ	19:30- 20:30	1階	15名	15歳～	1,000円	伊藤まり子
⑧	6月20日 (木)	はじめてステップ	14:20- 15:20	2階	20名	18歳～	1,000円	伊藤まり子
⑨	6月21日 (金)	太極拳32式	9:15- 10:45	1階	15名	18歳～	900円	落合郁子
⑩		お手軽 筋力トレーニング	13:35- 14:35	1階	15名	50歳～	600円	黒澤百合子
⑪		リズムウォーク &筋トレ	14:50- 15:50	2階	20名	50歳～	600円	黒澤百合子
⑫		ボディコンバット	19:30- 20:30	2階	20名	15歳～	600円	黒澤百合子

＊受付：6月1日（土） 8：30～

＊申込み方法：直接事務所にて申込書を記入のうえ、  
受講料をお支払いいただき申込みとなります。

（電話予約・代理申込みはできません）

