

7月 武道スポーツセンター1タイムレッスン

未経験者歓迎

要予約、1回から参加可能です

新しいジブン発見!

元気UP! 

笑顔UP! 

健康UP! 



キラキラ輝く
新しい未来へ

曜日	教室名	開始時間	クラス	開催日
月	筋膜リリースヨガ	10:30	600円/45分	7/1・8・ 29
火	ヨガ	11:00	700円/60分	7/2・9・16
水	ピラティス	10:30	600円/45分	7/3・17・ 31
金	ヨガ入門	10:00	600円/45分	7/12・19・ 26

注意事項

- ・参加費は当日券売機にてチケット購入をお願いします。
- ・開始20分前までに電話又はジムにて予約ください。
- ・動きやすい服装、飲み物を各自ご用意ください。
- ・赤文字日程のドーム参加の方は、**駐車許可証を配布**しますので、前もって(7/1~24まで)受取ってください。

会場

道場3、開放的な広々スペースでゆっくり実施
赤文字の日はドームB2F南トレーニング室で実施



ご予約はこちら

申込受付

営業時間 月~水・金 8:30~21:00
土・日・祝 8:30~21:00



080-3853-3583

レゾナック武道スポーツセンタートレーニングルーム